



Sport-Report

Ausgabe 2-2025



2. Magic Moments



In der Region für die Region.

Ein Geldkreislauf, der gut für alle ist.

Jeder uns anvertraute Euro fließt wieder zurück in den Geldkreislauf der Region. So fördern wir nachhaltig die Wertschöpfung und Entwicklung vor Ort. Mehr zu uns als Sparkasse und zum Thema Nachhaltigkeit erfahren Sie unter sskduesseldorf.de



Stadtsparkasse
Düsseldorf

Weil's um mehr als Geld geht.

Anzeige



Seite 10
2. Magic Moments



Seite 16
Rhythmische Sportgymnastik

Seite 21
Tischtennis



4	Gedanken des 1. Vors.
5	Dr. Keller zu Gast
6	Bericht oMV 2025
8	40 Jahre Vereinsheim
10	2. Magic Moments
13	Yoga
14	Volleyball
14	Walken
15	Fitnesszirkel
15	Himmelfahrtswandern
16	Rhythmische Sportgym.
18	Turnabteilung
18	Senioren
19	Stretching/Pilates
20	Skaterhockey
21	Tischtennis
22	Karate
22	Boule
23	LineDance
24	SSV Underground
25	Neues Trampolin
26	Kibaz - Kinderturnfest
26	Volleyball für Teenies
27	Wir stellen uns vor
28	Neue Mitglieder
29	Geplante Termine
30	Zu guter Letzt
33	Gelbe Seiten
39	Impressum

Heute eine große Portion Positivität

Liebe Mitgliederinnen und Mitglieder, Freundinnen und Freunde und alle, die es gut mit unserem SSV meinen, es ist an der Zeit für eine große Portion Positivität. Positivität ist das Nomen zum Adjektiv positiv. Auch ich habe da neu dazu gelernt. Ich beginne dieses Vorwort mit der ersten Strophe aus dem Lied „Der Himmel ist blau“ von den Ärzten:

**Der Himmel ist blau
Und der Rest deines Lebens liegt vor dir
Vielleicht wäre es schlau
Dich ein letztes Mal umzusehen
Du weißt nicht genau warum
Aber irgendwie packt Dich die Neugier
Der Himmel ist blau
Und der Rest deines Lebens wird schön, yeah**

Wir hören in den letzten Wochen und Monaten gefühlt nur noch negative Meldungen. Es stimmt, die globale Lage ist aktuell sehr herausfordernd und es gibt auch in unserem lokalen Dunstkreis vieles, was besser sein könnte. Aber ist im Umkehrschluss alles schlecht? Meine klare Antwort: NEIN!

Der Himmel ist blau. Wirklich immer. Auch wenn gerade viele graue Wolken davor sind. Und so vergessen wir oft, was alles gut ist. Schauen wir auf unseren Verein. Die Mitgliederzahlen steigen. Wir schaffen neue Angebote, die den Nerv der Zeit treffen und mehr als gut angenommen werden. Wir werden gesehen. Und selbst unser Oberbürgermeister (s. Bericht rechts), war bei seinem Besuch überrascht, was wir mit unseren Mitteln alles auf die Beine stellen. Darauf können wir stolz sein. Wir bekommen all dies mit fairen Monatsbeiträgen auf die Beine gestellt, weil wir Menschen bei uns haben, die sich ehrenamtlich und hauptberuflich einbringen. Und das ist großartig. Ich möchte hier unsere hauptberuflich Angestellten deutlich erwähnen. Ihr Engagement geht deutlich über das normale Maß hinaus. Wenn du dich beim Lesen dieser Zeilen fragst, wo du dich als Mitglied noch einbringen kannst, sprich mich gerne an.

Unser Knittkuhl bietet bei allem Verlust der letzten Jahre immer noch viel, ob Grundschule, Kindergärten, ärztliche Versorgung, gute ÖPNV-Anbindung, Kulturverein, das evangelische Gemeindezentrum mit seinen Veranstaltungen, unsere Segelflieger, die Lage mitten im Grünen und trotzdem Stadtnähe. In 15 Minuten sind wir mitten in Gerresheim mit all seinen Angeboten. Und bei allem kann man bei uns im Verein und in Knittkuhl immer man selbst sein und ist nicht allein. Neben den reinen Sportangeboten gibt es viele Möglichkeiten, sich im Verein zu treffen und Zeit gemeinsam zu verbringen. Das ist großartig. Es kostet immer ein wenig Überwindung hinzugehen, das stimmt. Nach dem Motto: Ich kenne da niemanden. Das wird sich aber nach wenigen Minuten ändern, versprochen. Und wenn wir feststellen, wie gut es uns allen Unkenrufen zum Trotz doch geht, sollten wir manches Problem nicht wichtiger nehmen als es wirklich ist. Dann bleibt mehr Raum für die schönen Dinge im Leben.

Vor der Lektüre des aktuellen Sport-Reports noch ein persönlicher Gruß: Unser Ehrenvorsitzender Karl-Heinz Altenrichter ist stolze 85 Jahre alt geworden. Wir und ich wünschen dir alles Gute und sind froh, dich bei uns zu haben! Viel Spaß mit dem aktuellen Heft wünscht Euch

Euer Christian Klöhn



Fördergelder, Infrastruktur in Knittkuhl und die B7 – Oberbürgermeister Dr. Stephan Keller zu Gast beim SSV

Wir hatten den Oberbürgermeister Dr. Stephan Keller zum diesjährigen City-Cup eingeladen. Zu diesem Termin war er leider verhindert. Er hat es sich aber nicht nehmen lassen, uns Ende Juli im Vereinsheim zu besuchen.

In konstruktiver Atmosphäre hatten wir die Möglichkeit, in den Austausch über verschiedene Themen zu gehen: Möglichkeiten einer Boulebahn in Knittkuhl, die Hallensituation im Stadtbezirk 7, Fördergelder für den Leistungssport in Düsseldorf, die Situation der Lehrschwimmbecken in Düsseldorf. Aber auch Knittkuhl mit der aktuellen Infrastruktur und das Dauerthema Bergische Kaserne wurden erörtert. Natürlich wurde auch über das Thema Anbindung an die Innenstadt diskutiert.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass Dr. Keller unsere Themen mitgenommen hat und wir sind gespannt, was sich wie realisieren lässt. Unser Oberbürgermeister hat erlebt, auch in den Außenbezirken ist eine Menge los!

Christian Klöhn



Einladung ordentliche Mitgliederversammlung

Freitag, 27. März 2026, 19.30 Uhr

SSV-Vereinsheim, Am Püttkamp 9, 40629 Düsseldorf

Tagesordnung:

Die Tagesordnung wird im Sport-Report 01/26, im Aushang sowie online bekannt gegeben.

Anträge sind bis zum 13. März 2026 an den Vorstand zu richten.

Diese Einladung erfolgt statt einer persönlichen Einladung!

Der Vorstand

*Christian Klöhn
1. Vorsitzender*

*Heinz Wallraf
2. Vorsitzender*

So lief die ordentliche Mitgliederversammlung 2025

Am 28.3.2025 fand die Ordentliche Mitgliederversammlung 2025 statt. 40 stimmberechtigte Mitglieder fanden sich aus diesem Grund im Vereinsheim ein. Der 1. Vorsitzende Christian Klöhn eröffnete um 19:30 Uhr die Sitzung, um dann nach Feststellung der Beschlussfähigkeit zum Totengedenken zu kommen. Dies ist immer der schwerste Moment einer Mitgliederversammlung. Und so war es auch in diesem Jahr, es wurde mit Peter Happe einem Urgestein des Vereins und besonders der Montags-Jedermann-Gruppe gedacht. Peter war darüberhinaus Mitglied im Rechts- und Ehrenausschuss. Dies bedeutet, dass in diesem Jahr gewählt werden musste.

Christian Klöhn begann den Rückblick auf das Vereinsjahr 2024 mit 4 Zahlen:

- **1265:** So viele Mitglieder hatte der Verein zum Zeitpunkt der Versammlung. Eine stolze Zahl und eine fantastische Entwicklung. Bedenkt man, dass es vor Corona immer zwischen 900 und 1.000 waren.
- **148:** Die Anzahl der Übungsstunden pro Woche. Und es gilt zu bedenken, die meisten davon in den Nachmittags- und Abendstunden.
- **51:** So viele Übungsleiter bewegen unsere Mitglieder. Diese 51 sind das Rückgrat unseres Vereins.
- **6:** Angestellte hat der Verein bereits, Tendenz steigend.

Diese 4 Zahlen zeigen, so Christian Klöhn, die fantastische Entwicklung, die unser Verein in den letzten Jahren hingelegt hat.

Weitere Themenschwerpunkte waren:

- Steigende Mitgliederzahlen durch neue, attraktive Angebote
- Rhythmische Sportgymnastik: Aufstieg in die 1. Bundesliga
- Ein Verein im Wandel – oder bleibt alles wie es ist?
- Knittkuhl tanzt – Die zweiten Magic Moments
- Ein neues Onlinegewand
- Sport-Report – mehr als nur unser Vereinsheft

Direkt im Anschluss präsentierte der 1. Kassierer Oliver Brinks die Finanzen 2024 und gab einen Ausblick auf 2025:

	Finanzplan 2024	IST 2024	Finanzplan 2025
Einnahmen			
Mitgliedsbeiträge	140.000,00 €	140.713,82 €	145.000,00 €
Spenden	15.000,00 €	16.289,30 €	15.000,00 €
Zuschüsse	35.000,00 €	34.853,38 €	35.000,00 €
Sportkurse	55.000,00 €	55.758,28 €	60.000,00 €
sonstige Einnahmen	30.000,00 €	34.879,52 €	50.000,00 €
Entnahme Rücklage			
Summe:	275.000,00 €	282.494,30 €	305.000,00 €
Ausgaben			
Personalkosten	160.000,00 €	168.123,96 €	190.000,00 €
Verwaltungskosten/Sonstige	42.000,00 €	50.993,86 €	50.000,00 €
Verbandsbeiträge	10.000,00 €	6.890,91 €	10.000,00 €
Sportbetrieb	63.000,00 €	56.786,89 €	55.000,00 €
Summe:	275.000,00 €	282.795,62 €	305.000,00 €

Der Verein hat im Jahr 2024 ein sehr geringes Defizit erwirtschaftet, es sind genau 301,32 €. Bei Rücklagen in Höhe von 90.000 € stellt dies allerdings keine Herausforderung dar. In Summe lässt sich festhalten: Die Finanzen sind geordnet und mehr als solide, die Finanzplanung war sehr gut.

Um die Zahlen noch ein wenig besser einordnen zu können, für 2023 wurde ein Etat von 258.000 € geplant. Dies zeigt deutlich, wie der Verein wächst. Dirk Einfeld, Kassenprüfer im SSV, stellte den Bericht der Kassenprüfung vor. Hier gab es keinerlei Beanstandungen. Und so fiel es Thomas Rheinard nicht schwer die Entlastung des Vorstandes zu beantragen. Diese erfolgte einstimmig.

Im Anschluss fanden die Wahlen für das offene Amt im Rechts- und Ehrenausschuss statt. Es stellten sich zuerst Andreas Roettig und dann Wolfgang Gruß zu Wahl. Andreas Roettig zog seine Kandidatur zurück und Wolfgang Gruß wurde einstimmig gewählt. Damit setzt sich der Rechts- und Ehrenausschuss wie folgt zusammen:

- Karl-Heinz Altenrichter, Horst Elschner, Wolfgang Gruß

Auch an diesem Abend standen Ehrungen an. Bereits im Vorfeld der Versammlung erhielt Inge Hein die goldene Ehrennadel. Inge leitete 50 (!) Jahre ihre Gruppe und geht nun in den wohlverdienten Übungsleiterruhestand.

Mit Bronze für ihr ehrenamtliches Engagement ehrte der Verein Melanie Klöhn, Volker Schellartz, Volker Bartels, Thomas Rapino und Thomas Rheinard. Für sein besonderes ehrenamtliches Engagement ehrte der Verein unseren Seniorenbeauftragten Bernd Honig.

Nachdem Christian Klöhn die Versammlung schloss, blieben die anwesenden Mitglieder noch einen Moment und diskutierten das eine oder andere Thema in geselliger Runde weiter.

Der Vorstand

Anzeige

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

Die Jahre 1985 bis 1988**... die unendliche Geschichte eines Gebäudes?**

Die Amtsnebenstelle im Ortsteil Knittkuhl ist 1985 der Zankapfel von Vertretern der örtlichen Parteien, der Grundstückseigentümerin (der Firma Seifert) und der Stadt Düsseldorf (Eigentümerin des Gebäudes). Die Firma Seifert kündigt der Stadt zum 31. Dezember 1985 den Grundstückspachtvertrag mit der Maßgabe, das Gebäude bis dahin abgerissen zu haben. Weil auch der SSV im Sommer 1985 zu den häufigsten Mietern der Amtsnebenstelle gehört, wird der Vorstand von der Bezirksverwaltung 7 über diesen Sachstand unterrichtet. Dabei wird angeregt, ein Konzept zwischen der Stadt, der Firma Seifert und dem SSV zu entwickeln, welches verhindern sollte, das vorhandene Gebäude abzureißen.



HORST ELSCHNER, 2. Vorsitzender, wird am 26. Juni 1985 vom Vorstand beauftragt, herauszufinden, unter welchen Voraussetzungen die Firma Seifert bereit sei, den SSV als Grundstückspächter zu akzeptieren.

Für welchen Zeitraum wäre dies sichergestellt?

Auf welcher Grundlage würde die Stadt Düsseldorf das Gebäude an uns übergeben?

Weiter war zu klären, welche Folgekosten (baulicher und betrieblicher Art) auf den SSV zukommen könnten. Dürfen bauliche Veränderungen am und im Gebäude vorgenommen werden, wenn es sich aufgrund der Bausubstanz so ergäbe?

Am 30. September 1985 berichtet Horst Elschner dem Vorstand über seine Recherchen. Aufgrund der immensen Kosten für den SSV wird beschlossen, das Gebäude nicht zu übernehmen.

„Das Stadtsportamt will die Amtsnebenstelle dem SSV schenken. Die Übergabe soll am 21. Dezember 1985 sein!“ Diese Nachricht im Mitteilungsblatt einer örtlichen Partei führte erneut zu intensiven Verhandlungen mit allen Beteiligten, um zu klären, unter welchen Optionen eine Übernahme durch den SSV doch noch möglich sein könne. Erst als viele gesetzlich bzw. vertraglich notwendige Vorabsprachen geschaffen waren, beschließt der Vorstand des SSV eine außerordentliche Mitgliederversammlung einzuberufen. Diese gibt am 17. Januar 1986 grünes Licht für die Übernahme sowie den Umbau/Modernisierung der Amtsnebenstelle zur Nutzung als Sportheim für den SSV.

Die Übernahme des Gebäudes durch den SSV war am 21. Februar 1986. Die baulichen Mängel des übergebenen Hauses umfaßten insbesondere:

- Türen und Fenster
- Dach
- Sanitäre Installation und Einrichtung
- Elektroinstallation und -heizung
- Kanalisation

Einem Antrag vom 27. Februar 1986 entsprechend wurde der 1. Vorsitzende vom übrigen Vorstand von der Realisierung des Sportheimes entbunden. Für die zukünftige Verwaltung des fertiggestellten Hauses wurde ein sogenannter „Heimausschuss“ eingesetzt. Dieser tagte am 16. Mai 1986 zum ersten Mal. Erste Ansprechpartnerinnen für den Vorstand waren Ute Mann und Gertrud Doering. Horst Elschner war für alle vertraglichen Regelungen und baulichen Maßnahmen sowie für die Organisation und Durchführung der zu erbringenden baulichen Eigenleistungen zuständig. So wurden 251,75 Stunden durch die Mitglieder erbracht. Unter seiner Leitung wurde u. a. das Sportheim an die Großantennenanlage der Firma Bosch angeschlossen. Damit war es möglich, im Sommer 1986 gemeinsam die Fußballweltmeisterschaft im Sportheim zu erleben. Ein erstes gesellschaftliches Ereignis „im eigenen Haus“, dem noch viele folgen sollten!



NORBERT BECKERS sorgte als Kassenwart für die Realisierung der Finanzierbarkeit des Projektes. Es waren immerhin rund 150.000.-- DM zu mobilisieren. Durch Beantragung von Zuschüssen, das Bereitstellen des SSV-Eigenkapitals, die Sicherstellung von Fremdfinanzierungen und insbesondere durch seine bis dahin beispiellose Bausteinaktion hat Norbert Beckers zum Gelingen maßgeblich beigetragen.

Die eigentliche Bauphase unter der Leitung unseres mittlerweile verstorbenen Mitgliedes ANDREAS KÜHNEL, den Horst Elschner als verantwortlichen Architekten gewinnen konnte, fand in der Zeit vom 29. September bis 12. Dezember 1986 statt. Diese Leistung hat Andreas Kühnel ohne Honorar erbracht!

Die Einweihung des Sportheimes erfolgte am 29. November 1986.

Mit der Lizenznahme des „Wirtsehepaares“ Horst und Ursula Elschner war im Juni 1987 vorerst die letzte behördliche Hürde genommen.

Durch den stark verregneten Herbst und Winter 1987/88 sorgte die vorhandene Abwasserableitung für ständige Überschwemmungen der Innenräume. Abhilfe wurde mittels eigener Erdarbeiten und Trennung des Schmutzwassersystems und des Regenwassersystems durch eine Fachfirma im Frühjahr 1988 geschaffen. Es war ein hartes Stück Arbeit, doch der Einsatz hat sich gelohnt.



Horst Elschner

Einfach nur - W O W !!

Am 05. April fanden die 2. Magic Moments in der Turnhalle der GGS Düsseldorf-Knittkuhl statt. Alles passte: Ambiente, Live-Band, Pausenprogramm, Line Dance - Workshop, die Organisation war perfekt (Danke an die Unterstützung des Vorstandes und dem Team um Monika Klöhn) und vor allen Dingen die über 120 Gäste sprich Tänzer – alle waren total geflasht!!!

Um sich einen Eindruck zu verschaffen: die vielen Bilder, die an diesem Abend geschossen wurden, können alle in der Galerie auf der SSV Homepage angesehen werden.

Ergebnis: die Magic Moments gehen in eine weitere Verlängerung. 2026 werden sie wieder stattfinden und zwar am Samstag, 21.03.. Wer dann dieses besondere Feeling ebenfalls erleben möchte, kann sich ab dem 01.12.2025 anmelden (s. Flyer auf Seite 32).

Daneben ging der erneut durchgeführte Anfängerkurs fast unter. Aber auch hier haben wir neue Mitglieder für unsere Gruppe und dadurch für den SSV erhalten. So haben die Boogie Hoppers mittlerweile über 30 Mitglieder, die sich auch abseits des Trainings bei diversen Boogie-Veranstaltungen zum Abtanzen treffen, sei es z. B. zu Rock'n Roll an der Raupe in Bochum, im Stadtwaldhaus in Krefeld oder auch zum Abschlusskonzert der Lazy Beat Bones in Gerresheim. Es macht einfach nur Spaß!

Volker Bartels





Künstler im Sportverein

präsentiert

**Samstag,
08.11.2025
15.00 Uhr**



Neknerf Kasper

**Fridolin Streifenfrei,
ein Esel will aus seiner Haut**

Fridolin, der singende Esel auf Seppel's Bauernhof ist mit seinem grauen Alltag unzufrieden, er singt nur noch traurige Lieder.

Denn er hat aus Afrika eine Postkarte bekommen, auf der seiner Meinung nach ein gestreifter Esel zu sehen ist. Jetzt will er seinen Stall nicht mehr verlassen, bis ihm auch Streifen gewachsen sind.

Eine lustige und streifenfreie Geschichte für kleine und große Esel-Freunde von 3 bis 99 Jahren. Spieldauer: ca. 40 Minuten

**Einlass 14:45 Uhr
Eintritt pro Person, egal ob
GROSS oder klein: 5,- €**

**Sonntag,
09.11.2025
18.00 Uhr**



Sia Korthaus

Wilder Wechsel

Ein Wechselbad der Gefühle: lustig, nachdenklich, hintergründig, unterhaltsam, lohnenswert und definitiv abwechslungsreich.

Die Wechseljahre heißen Wechseljahre, weil die Hormone jahrelang die Temperatur, die Körperfülle oder die Stimmung wechseln. Aber es geht im neuen Programm von Sia Korthaus nicht nur um dieses Thema.

Sia Korthaus lässt uns öfter die Perspektive wechseln. Sie tauscht die Rollen und die Lieder im fliegenden Wechsel und durch verschiedene Jahrzehnte. Unser Alltag bietet soviel Comedy, das kann man sich alleine gar nicht ausdenken!

Nicht mehr ganz so wild, aber umso weiser.

**Einlass 17:15 Uhr
Eintritt auf allen Plätzen pro
Person 17,- €**

Der VORVERKAUF für beide Veranstaltungen findet ab 11. Oktober 2025 jeden Samstag von 11:00 - 13:00 im Vereinsheim, Am Püttkamp 9 statt sowie, je nach freien Plätzen, an der Theaterkasse.

Yoga für jedes Alter und jeden Fitnesslevel geeignet.

Yoga steigert die körperliche Gesundheit, verbessert die Flexibilität, Kraft und Ausdauer des Körpers, verbessert die Körperhaltung und beugt Verletzungen vor. Das ist bekannt. Dass Yoga aber auch sehr individuell ist, weiß nicht jeder. Wie im Yoga üblich, lege ich in meinen Kursen besonderen Wert auf die Atmung. Das Zusammenspiel der Asanas (Übungen) mit der eigenen Atmung macht unsere Stunde individuell für jeden Teilnehmer. Dabei kommen die anderen positiven Aspekte des Yoga ins Spiel: die emotionale Stabilität wird gefördert, Blockaden werden gelöst, das Selbstbewusstsein wird gestärkt und Stress abgebaut.

Die Konzentration auf das Selbst während der Praxis ist zunächst schwierig, aber bei einer regelmäßigen Teilnahme kann ein tieferes Verständnis des Selbst und der eigenen Fähigkeiten entwickelt werden. Die Stimmung wird verbessert, es führt



zu mehr innerer Ruhe und einem gesteigerten Wohlbefinden. Wir üben freitags von 10.30-11.30 Uhr im Gesundheitszentrum und freuen uns über neue - neugierige - Teilnehmer.

Das Bild zeigt übrigens keine Yoga-Asanas, sondern ist spontan entstanden.

Connie Missler

Anzeige

**Voll-
treffer!**

Frisch vom Land.

Bolten
BRAUTRADITION SEIT 1266

Die Volleyball „Mittwochsgruppe“ spielte im letzten halben Jahr regelmäßig, es gab keine nennenswerten Ausfälle, z. B. wegen Abenden an denen zu wenige Spielerinnen und Spieler anwesend waren. In der Regel haben wir zwischen 8 - 14 Leute im Alter zwischen 15 und 75 Jahren auf dem Feld. Mit regelmäßig nur einer bis zwei Frauen sind die Frauen aber leider noch stark unterrepräsentiert. Da kann ich nur Werbung machen und sagen: Volleyball ist auch ein Super Sport für Frauen!

Es gab auch in diesem Jahr immer mal wieder auch den sogenannten gemütlichen „sechsten Satz“ nach Spielende mit unseren 20 x 0.33 ltr. „Freunden aus Flensburg oder Korschenbroich“. UND: Wer denkt wir spielen nur am Mittwoch, der kann sich gerne auch der anderen Gruppe anschließen und am Dienstagabend schon für den Mittwoch vorab trainieren gehen. Wer einfach nur mal mitspielen möchte, kann auch gerne dazu kommen. Schnuppern ist durchaus erwünscht!

Das letzte Jahresende wurde mit einer zünftigen Weihnachtsfeier in der Turnhalle der GGS abgehalten und der Zuspruch war gut. Hier wurden dann auch (wie beim fast schon traditionellen Sommer-Turnier) die Gruppen zusammengelegt und man feierte ausgelassen und gemeinsam.

Das erste Halbjahr 2024 war weniger erfreulich, da mehrere Übungsabende fast ausfallen mussten, denn da waren wir dann nur 6 Personen und die Teilnehmerzahl pro Abend schwankte sehr stark. Das hat sich im ersten Halbjahr 2025 zum Glück nicht wiederholt.

Alles in allem war auch 2024 ein gelungenes Jahr mit vielen guten Spielen und Abenden. Wir hofften auf ein noch besseres 2025 und danach sieht es im Moment auch aus!

Oliver Brinks und Heinz Wallraf



Walken

Walken und Fitnesstraining mit den Vibroswing Ringen / Smovey.

Wie jeder weiß, sind Gesundheit und Wohlbefinden wichtige Komponenten eines glücklichen Lebens. In diesem Sinne möchte ich Euch einen neuen Kurs anbieten. Der Kurs findet jeweils donnerstags von 10 bis 11 Uhr statt. Bei gutem Wetter laufen wir mit den Vibro-Ringen draußen und bei Regen trainieren wir im Sportheim.

Das Training mit den Ringen beeinflusst unseren Körper dabei in vielerlei Hinsicht. Es führt zu einer Verbesserung der Gelenkmobilität und Ausdauer. Des Weiteren steigert das Training die Zunahme von Muskelmasse und fördert den Abbau von Körperfett. Es gibt noch weitere positive Aspekte, aber die Ausschüttung von Glückshormonen und die positive Stimmung sind für mich der schönste Effekt.

Ich würde mich freuen, wenn ich Euer Interesse geweckt habe und verbleibe laut dem Motto: Smovey / swing - move & smile.

Heike Nack



Die ursprüngliche Fitness-Gruppe am Montagabend im Gesundheitszentrum (20 bis 21:30 Uhr) erfreute sich mittelmäßiger Beliebtheit. Es musste zwar kein Übungsabend ausfallen, wenn man aber als Beteiligung eine durchschnittliche Belegung von 6 bis 8 Personen aufzuweisen hat, ist das auf Dauer doch zu wenig.

Der Wunsch der Übungs-Teilnehmer/innen war außerdem, einen zweiten Übungsabend in der Woche besuchen zu können. So haben wir Ende 2024 beschlossen, das Fitness-Angebot komplett neu aufzustellen.

Zunächst wurde die Montags-Gruppe im Gesundheitszentrum geschlossen. Das hört sich jetzt nicht so prickelnd an, aber zeitgleich fand ja bereits in der großen Turnhalle der Grundschule ein Fitness-Angebot statt und zwei, nennen wir es mal Konkurrenzveranstaltungen nebeneinander, sind nun nicht wirklich sinnvoll.

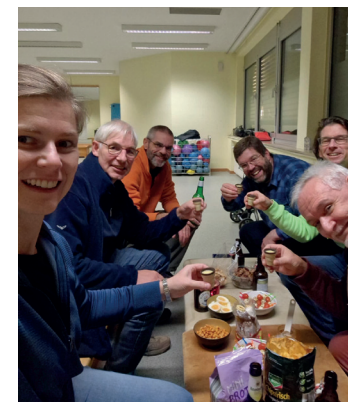
Die Montags-Fitness-Gruppe findet nun von 19 bis 22 Uhr statt und nennt sich Fitnesszirkel. Man kann im Prinzip kommen und gehen, wann man möchte.

Der Fitnesszirkel wurde mit Begeisterung angenommen und in der großen Halle powern sich nun Montag für Montag zwischen 20 und 30 Teilnehmerinnen und Teilnehmer aus! Zusätzlich findet jetzt donnerstags in der Zeit von 20 bis 22 Uhr im Gesundheitszentrum ein zweiter Fitnesszirkel statt. Dieser zweite Übungsabend wurde ebenfalls mit Begeisterung angenommen und ist derzeit mit 10 bis 12 Teilnehmern besucht. Man kann also sagen, ein Erfolg auf der ganzen Linie und zwar im Sinne der Sporttreibenden!

Dass diese Umstellung so gut angenommen wurde, war die Hoffnung der Vereinsleitung. Dass es aber auf Anhieb ein so durchschlagender Erfolg würde, hatten wir uns nicht vorstellen können. Umso mehr freut es uns jetzt!

Den Teilnehmerinnen und Teilnehmern der ehemaligen Montags-Gruppe sage ich noch einmal herzlichen Dank und ich freue mich darüber, dass sich fast alle in den beiden neuen Gruppen wiederfinden.

Heinz Wallraf



Himmelfahrtswandern

Zum Feiertag hat sich auch in diesem Jahr wieder eine respektable Gruppe an geselligen Wanderern zusammengefunden. Allen dunklen Wettervorhersagen zum Trotz hat sich niemand von einer Runde durch das grüne Knittkuhler Umland abbringen lassen. So zogen wir in traditioneller Manier am Vereinsheim los und begaben uns über Felder und durch Waldstücke. Die Strecke, die einige Herausforderungen bot, führte uns nicht zuletzt durch einen selbsternannten Herzensweg mit allerlei künstlerischen Elementen. Nach einem Zwischenstopp und einigem Nieselregen freuten wir uns über die anschließende Einkehr ins Vereinsheim. Dort erwarteten uns bereits eine liebevoll gedeckte Tafel sowie kalte und heiße Getränke. So ließen wir den Tag gemeinsam gemütlich ausklingen.

Madlen Erbdoruth

City - Cup

Am 10. Mai 2025 fand der 16. Internationale City-Cup in der Rhythmischen Sportgymnastik statt. Rund 150 Teilnehmerinnen zeigten tolle Übungen und beeindruckten mit Eleganz, Kraft und Ausdruck. Die wunderschönen Gymnastinnen sorgten für ein abwechslungsreiches und spannendes Programm. Auch aus der Politik gab es großen Zuspruch: Bürgermeister Josef Hinkel, die Ratsmitglieder Christine Rachner und Hanno Bremer, Bezirksbürgermeisterin Maria Icking sowie die Leiterin der Verwaltungsstelle BV 7, Claudia von Rappard, besuchten den Wettbewerb und würdigten die Leistungen der Sportlerinnen.

Der City-Cup bot nicht nur sportliche Höchstleistungen, sondern setzte auch ein schönes Zeichen für Begegnung und Gemeinschaft.

Turnfest Leipzig 2025 und Deutsche Meisterschaften in Bremen

Unsere Mädchen Kira Friel, Yeva Saranchuk, Varvara Korliakova und Mascha Grobova-Shevchuk konnten beim Turnfest in Leipzig viele neue Erfahrungen sammeln und einen spannenden Wettkampf erleben - eine schöne Leistung, auf die sie stolz sein können!

Auch unsere jüngeren Gymnastinnen überzeugten bei den Kindermeisterschaften mit tollen Übungen und wichtigen Erfahrungen. Darüber hinaus nahmen Alisa Karpaitis sowie Sophia Lindenau und Diana Edakin, die beide zum ersten Mal dabei waren, an den Deutschen Meisterschaften in Bremen teil und sammelten wertvolle Wettkampferfahrungen.

Ein herzliches Dankeschön geht an die Trainer für die großartige Vorbereitung und Unterstützung.

Alevtina Friel



Die Turngruppen waren in der ersten Jahreshälfte sehr gut besucht, sodass sogar in einigen Gruppen ein Aufnahmestopp gilt. Vor allem bei den älteren Mädchen zeigt sich aber, dass es auch viel Fluktuation gibt, vor allem jeweils nach den Oster- und Sommerferien. Dadurch ergeben sich immer wieder neue Situationen und es können dann wieder Kinder nachrücken. Wir haben aufgrund von Terminschwierigkeiten bisher nur mit 2 Mädchen am 1. Mini-Mäuse-Cup im Frühjahr teilnehmen können.

Der Mini-Mäuse-Cup ist nur für jüngere Kinder - in diesem Jahr für die Jahrgänge 2017 und jünger. Er ist in 2 Teile aufgeteilt, die unabhängig voneinander gewertet werden. Im 1. Teil wurde je eine Übung am Sprung und am Balken geturnt. Mathilda Möller erzielte den 11. Platz und Carolina Krull, trotz der besten Sprungwertung, leider nur den 13. Platz.

Martina Heinemann und Claudia Krause



Carolina & Mathilda

Senioren

Was gab es bei den jung gebliebenen Älteren im Sportverein?

- Christine May gab einen Einblick in ihre Arbeit als Alltagshelferin.
- Der Mundarttreff Holthausen war zu Gast.
- Dr. Lorrain, im Seniorenrat der Stadt Düsseldorf unterwegs, schilderte uns unter anderem ein wenig die Abläufe in diesem.

Pamela Broszat stellte die Frage in den Raum: „Was war, als ich 10 Jahre alt war?“ Hier gab es dann die ein oder andere Anekdote.

Hauptsächlich ging es bei den Themen immer um den gegenseitigen Austausch und wie man zusammen weiterkommt. Selbst der Begriff „Eiszeit“ bekommt eine andere Bedeutung, wenn man in Gerresheim auf der Benderstraße mit mehreren in gemütlicher Umgebung zusammensitzt.

Vorab schon mal ein Dankeschön an Mechthild Schmolders von der AWO Ludenberg für ihre Unterstützung bei der Planung und Umsetzung der Themen. Man sieht: Angebote gibt es, egal ob man sich in Knittkuhl oder um Knittkuhl herum bewegen möchte. Ob Spielenachmittag, Gedächtnistraining oder einfach beim Kaffee sich einmal austauschen und neue Menschen kennenlernen. Schaut einfach vorbei.

Bernd Honig



Seit die Gruppe Stretching/Pilates mit dem online-Training über Skype begonnen hat, sind mittlerweile etwas mehr als fünf Jahre vergangen. Dies bringt auch einiges an Veränderungen mit sich.

Zum einen musste ich das online-Training ab Februar diesen Jahres aus gesundheitlichen Gründen für einige Monate ausfallen lassen. Zum anderen wurde im Mai 2025 die Anwendung Skype – über die bis dahin das online-Training stattfand – von Microsoft abgeschaltet und in die Anwendung Teams übergeleitet, was zu einigen technischen Änderungen führte.

Seit Mitte Juli findet das online-Training für Stretching/Pilates aber wieder regelmäßig statt. Allerdings findet die Sportstunde nun ausschließlich live statt, da ich momentan noch nicht wie bisher alles direkt auf Video aufzeichnen kann. Eine Videoaufzeichnung parallel zur Trainingsstunde, die dann später den Mitgliedern der Gruppe zur Verfügung gestellt werden kann, wird gerade ausgetestet.

An dieser Stelle möchte ich mich auch noch einmal ganz herzlich bei allen Mitgliedern meiner Sportgruppe bedanken, dass sie während der langen Pause so viel Geduld hatten und der online-Gruppe treu geblieben sind – das bestärkt mich darin, auf jeden Fall weiter zu machen!

Das online-Training bietet zeitflexibel eine sehr gute Ergänzung zum normalen Trainingsbetrieb in den Sportstätten des SSV Knittkuhl. Es besteht aus einem Mix von Stretching- und Pilates-Grundlagenübungen und findet immer am Montagabend von 19 – 20 Uhr über Teams statt. Wenn Sie auch mal ausprobieren möchten, ob Ihnen diese Art des Trainings zuhause zusagt, dann melden Sie sich gerne im Büro des SSV Knittkuhl und fragen nach einem Probetraining.

Claudia Kalupke

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
Frau Schmolders
Tel. 0211/60025-579

Zweigstelle:

Blanckertzstr. 26, Ludenberg



Arbeiterwohlfahrt
Kreisverband
Düsseldorf e.V.

ANZEIGE

Hockey verbindet – SSV Knittkuhl gegen die Düsseldorf Rams

Im Mai war es soweit: Unser Skaterhockey-Team durfte sein allererstes Freundschaftsspiel bestreiten – und das gleich gegen eine starke Auswahl der Düsseldorf Rams im Sportpark Niederheid. Vor den Augen einiger mitgereister SSV Fans entwickelte sich ein rassiges Spiel, in dem beide Mannschaften vollen Einsatz zeigten. Am Ende mussten wir uns zwar geschlagen geben, doch das Ergebnis rückte schnell in den Hintergrund. Viel wichtiger war: Freude, Fairness und die gemeinsame Leidenschaft fürs Hockey standen klar im Vordergrund.

Besonders stolz waren wir darauf, unsere Trikots zum ersten Mal im Spiel tragen zu dürfen. Wer selbst Interesse an einem SSV-Knittkuhl-Trikot hat, kann sich unter

ferber.tim@gmail.com

melden. Anfragen werden gesammelt, damit eine Bestellung möglich wird.

Das Fazit: Auch wenn das Ergebnis nicht für uns sprach, waren beide Teams rundum glücklich, sodass direkt weitere Spiele verabredet wurden – Hockey verbindet!

Tim Ferber



Neue Saison 2025/2026

Nach den Sommerferien ging es für die TT-Abteilung direkt wieder los. Das erste Kindertraining war wieder gut besucht. Freie Kapazitäten sind hier aber noch vorhanden. Bei Interesse bitte bei der Übungsleiterin Frau Andrea Döring melden.

Auch das Training der Erwachsenen lief gut an. Na klar, die neue Saison 2025/2026 steht an.

Die 2. Mannschaft startete in der 2. Bezirksklasse (6er) leider mit einer Niederlage. Das Auswärtsspiel beim TV Uellendahl II ging mit 9 zu 3 Spielen verloren. Unsere Punkte konnten nur Michael Uhlich mit Bernd Schaller im Doppel und Michael Uhlich in seinen beiden Einzeln holen. Es bestand die Möglichkeit auf einen besseren Ausgang des Spiels, es gingen ja 3 Spiele knapp mit 2 zu 3 Sätzen verloren, aber diese Chancen konnten nicht verwertet werden. Insgesamt kann man berichten, dass der TV Uellendahl fast auf allen Positionen deutlich stärker besetzt war als der SSV. TV Uellendahl gilt als Aufstiegs kandidat, wohin gegen der SSV einen Platz im Mittelfeld anstrebt.

Die 1. Mannschaft spielt in dieser Saison wieder in der 1. Bezirksklasse (4er), jedoch in einer anderen Gruppe mit vielen Mannschaften aus dem Bergischen. Hier sind, wie bei der 2. Mannschaft, lange Auswärtsfahrten nach Wuppertal, Solingen, Remscheid, Velbert und Langenberg erforderlich.

Das erste Heimspiel konnten die Spieler um Michael Bensberg gegen TTC BW Solingen II mit 7 zu 3 gewinnen. Die beiden Doppel (Carsten Steinröder mit Mike Michaelis und Michael Bensberg mit Dirk Aderhold) konnten jeweils mit 3 zu 2 Sätzen gewonnen werden. Leider folgten dann in den Einzeln 2 Niederlagen von Michael und Carsten. Dann kamen Dirk und Mike an die Reihe. Beide gewannen ihre Spiele. Das war schon erstaunlich, da beide nach längerer Verletzungspause wieder an den Start gingen. Anschließend gewann auch Michael. Leider blieb Carsten in seinem zweiten Einzel unter seinen Möglichkeiten und verlor knapp mit 2 zu 3 Sätzen. Zum Abschluss siegten dann wieder Dirk und Mike. Der Sieg lässt hoffen und einiges für die Zukunft erwarten. Saisonziel ist jedoch der Nichtabstieg.

Die Ergebnisse des SSV können im Internet unter Click-TT / Bezirk Rhein-Wupper aktuell verfolgt werden.

Auch für Erwachsene haben wir in den Trainingszeiten freie Kapazitäten, auch für Hobbyspieler. Vielleicht ist unter den Interessierten eine Verstärkung für unsere Mannschaften.

Bernd Schaller



Auf dem Bild ist die 1. Mannschaft abgebildet.

Von links nach rechts: Michael Bensberg, Carsten Steinröder, Dirk Aderhold, Mike Michaelis

Erfolg für Alexander Dukat

Kurz vor den Sommerferien stellte sich Alexander Dukat in Unna der Prüfung zum 5. Kyu (Blaugurt) und bestand. Für unsere Karate-Abteilung ist das ein erfreuliches Zeichen, denn Prüfungen im Farbgurtbereich sind nicht nur ein persönlicher Erfolg, sondern zeigen auch, dass sich das Training im SSV lohnt.

In den vergangenen Monaten hat Alexander besonders an seinen Grundtechniken und der Kata, einer festgelegten Form von Bewegungsabläufen, gearbeitet. Abgefragt wurden aber auch Partnerformen und Anwendungen in der Selbstverteidigung. Diese Ausdauer zahlte sich nun aus. Er konnte die Prüfung sicher meistern und darf seinen neuen Gürtel mit Stolz tragen.

Gerade weil wir aktuell nur eine kleine Gruppe von Dan-Trägern sind, ist es wichtig, dass auch im Schülerbereich engagierte Mitglieder ihren Weg gehen. Unsere Karate-Abteilung lebt vom Miteinander. Anfänger oder Fortgeschrittene, jeder findet seinen Platz und profitiert von der gemeinsamen Arbeit im Training.

Wer selbst Lust hat, Karate auszuprobieren, ist herzlich eingeladen, ein Probetraining bei uns zu besuchen. Das Angebot richtet sich an Erwachsene, die Spaß an Bewegung, Kampfkunst und persönlicher Entwicklung haben. Am besten einfach den Trainer der Karate-Abteilung ansprechen und einen Termin vereinbaren oder über das Büro Kontakt aufnehmen. Wir freuen uns über jeden, der mitmachen möchte.

Martin Nienhaus



Boule

Die Boulies treffen sich wie gewohnt jeden Freitag, je nach Jahreszeit draußen oder drinnen, um eine ruhige Kugel zu schieben.

Nach meinem Aufruf vor nunmehr drei Jahren ist die Gruppe stetig gewachsen. Um einen „vernünftigen“ Wettkampf durchführen zu können, brauchen wir zwischenzeitlich zwei Bahnen. Dies ist in unserer Indoor-Halle und auf unserem „wilden“ Außenplatz noch gerade so gegeben. Deshalb habe ich nun erst einmal einen Aufnahmestopp verhängt. Aber vielleicht wird ja nach dem Gespräch mit unserem Oberbürgermeister (Seite 5) alles besser. Wie sagte schon Franz Beckenbauer: „Schaun mer mal“!

Volker Peters



Wie sich bereits im SSV schon herumgesprochen hat, bietet unser Verein seit November 2023 LineDance im Vereinsheim an. Aus einem Anfängerkurs wurden mittlerweile drei Gruppen unterschiedlichster Stufen/ Schwierigkeitsgrade.

Am Samstag, 13. September 2025, fand für die aktiven Teilnehmerinnen und Teilnehmer (ja, es gibt den sogenannten „Quotenmann“) eine kleine LineDance-Party im Sportheim statt. Hier wurden vor allem die bisher erlernten Tänze ausgiebig getanzt. Kurze Pausen mit Kleinigkeiten in Form von Fingerfood und Getränken waren zwischendurch möglich und auch mal nötig. Zusätzlich gab es einen kleinen „Workshop“, bei dem auch wieder ein neuer Tanz erlernt wurde.

Insgesamt war es eine erfolgreiche 1. LineDance-Party, die sehr viel Spaß gemacht hat und zum Wiederholen anregt. Für die Zukunft sind damit die Weichen für weitere LineDance-Partys



gestellt, an denen auch Nicht-Teilnehmende und Außenstehende des Vereins die Möglichkeit haben sollen, teilzunehmen.

Es freut mich immer wieder zu sehen, wie viel Spaß die Teilnehmenden an den Kursen haben und wie damit das Interesse am LineDance in unserem Verein noch größer geworden ist.

Und ganz neu startete für „Absolute-Beginner“ ein Kurs am Dienstag, 7. Oktober 2025; 19:30 bis 21:00 Uhr. Wer Interesse hat, kann sich gerne noch bei mir melden.

Keine Angst, hier geht es nicht um professionelles Tanzen oder darum, alles perfekt zu machen. Es geht um Bewegung und Geselligkeit. Wir tanzen gemeinsam in einer Gruppe, wobei der Spaß im Vordergrund steht. Die Tänze beginnen mit einfachen Schritten und werden regelmäßig geübt bzw. aufgefrischt und intensiviert.

Alice Gambalat

Zweimal pro Jahr, im März und im Oktober und da jeweils am Monatsbeginn klappert der Briefkasten oder fällt etwas durch den Briefschlitz in die Wohnung der SSV-Mitglieder: der neue Sportreport (SR), von vielen sehnsüchtig erwartet und immer wieder gern gelesen, insbesondere die Artikel über die eigene Sportgruppe und die eigenen vollbrachten Leistungen.

Seine Zustellung ist so selbstverständlich wie die Morgenzeitung, wenn nicht sogar verlässlicher als diese. Warum ist das so? Es ist so, weil der underground des SSV wieder tätig war und seinen Job gemacht hat. Da trifft sich jedes Jahr im März und Oktober am Freitag vor dem Erscheinen des SR Punkt 14 Uhr eine kleine, verschworene Gemeinschaft im Vereinsheim und das schon seit Jahren, macht sich über von der Verwaltung ausgedruckte Listen mit Adressenaufklebern her und beklebt, was das Zeug hält, Sportreportexemplare, sortiert diese nach Straßen, und Hausnummern und/oder macht sie für den postalischen Versand fertig.

Urgestein Paula ist ebenso mit von der Partie wie Wiebke als Vertreterin der jüngeren Garde. Vorbereitet wird das Ganze von Volker Peters, der auch für den Rahmen mit Keks und Kaffee sorgt. Und ist der Klebejob getan, geht es hinaus in die SSV-Landschaft und die Zustellung des aktuellen SR nimmt ihren Lauf. Der kann dauern, je nach Zahl der Exemplare und da ist nicht zu erwarten, dass es weniger wird, denn die Zahl unserer Mitglieder steigt ständig (siehe Vorstandsbericht). Eine gute Stunde kann man schon fußläufig unterwegs sein, wenn man Knittkuhl von Ost nach West durchmessen und erst die geraden und anschließend die ungeraden Hausnummern bedienen will. Ich denke, diese Form von underground, unbemerktes Ehrenamt eben, hat ein paar Worte des Dankes verdient.

Wolfgang Grufß



Kinder sicher im Verein – wir machen mit bei Kidscare

Der SSV Knittkuhl macht nun offiziell bei Kidscare mit. Vor Kurzem war die Ansprechpartnerin von Kidscare bei uns zu Gast und hat gemeinsam mit unserem Vorstand ein sehr gutes Gespräch geführt. Der nächste Schritt ist nun die Erarbeitung eines Schutzkonzeptes, damit wir unseren Kindern im Verein ein sicheres Umfeld bieten können. Wir freuen uns sehr, wenn auch Eltern Lust haben, sich daran zu beteiligen und gemeinsam mit uns an diesem wichtigen Thema zu arbeiten.

Als Ansprechpartner für den Kinderschutz im Verein stehen euch künftig Raffaella Rapino und Volker Schellartz zur Verfügung. Unser Ziel ist klar: Wir wollen unsere Kinder im Verein bestmöglich schützen – und dafür stehen wir alle gemeinsam ein.

Raffaella Rapino
Volker Schellartz

Der SSV Knittkuhl freut sich über eine tolle Neuanschaffung: Ein neues Trampolin bereichert ab sofort das Sportangebot! Schon nach kurzer Zeit ist es sowohl in der Offenen Ganztagsschule (OGS) der Gemeinschaftsgrundschule Knittkuhl als auch im regulären Vereinstraining im vollen Einsatz und sorgt für jede Menge Spaß, Bewegung und Begeisterung bei den Kindern und Jugendlichen.

Damit das Angebot weiter ausgebaut werden kann, haben einige unserer Übungsleiter bereits Interesse gezeigt, den offiziellen Trampolinschein zu erwerben. So können künftig noch mehr abwechslungsreiche und qualifizierte Trainingseinheiten rund um das Springen, Turnen und Spielen auf dem Trampolin angeboten werden.

Der SSV Knittkuhl ist stolz, seinen Mitgliedern mit dem neuen Trampolin eine zusätzliche attraktive Sportmöglichkeit bieten zu können – und freut sich auf viele Sprünge in eine bewegte Zukunft!

Raffaella Rapino



**Kinder-Yoga
Entspannung für
Kinder
- Deine kleine Insel-**

Auf spielerische Weise entdecken Grundschulkinder beim Kinder-Yoga ihre eigene „kleine Insel“ – einen sicheren Ort zum Entspannen, Kraft tanken und Wohlfühlen. In fantasievollen Übungsreisen geht es auf eine Insel, wo die Kinder Tieren begegnen, kleine Abenteuer erleben und Körper sowie Geist in Einklang bringen.

Kindgerechte Atemübungen, leichte Yoga-Haltungen und Entspannungsspiele fördern Konzentration, Beweglichkeit und innere Ruhe. So lernen die Kinder, wie wichtig es ist, sich im Alltag kleine Pausen zu gönnen.

Wann? Dienstags von 17:00-18:00 Uhr

Wo? SSV Gesundheitszentrum,

Am Schulersbusch 3, Knittkuhl

Anmeldung & Infos: Lotti Margagliotta - 0177 7217356

Oder an buero@ssv-knittkuhl.de



**Eltern-Kind-Tanzen
Bewegungsabenteuer**

Hüpfen, tanzen, lachen – hier bewegen sich Eltern und Kinder gemeinsam und haben jede Menge Spaß!

Für Kinder: Neue Bewegungen ausprobieren, Kreativität ausleben, Rhythmus entdecken.

Für Eltern: Gemeinsam aktiv sein, Nähe erleben und unvergessliche Momente mit dem Kind teilen.

Wann? Dienstags von 16:00-17:00 Uhr

Wo? SSV Gesundheitszentrum,

Am Schulersbusch 3, Knittkuhl

Anmeldung & Infos: Lotti Margagliotta - 0177 7217356

Oder an buero@ssv-knittkuhl.de



Ein buntes Kibaz-Kinderturnfest - voller Spaß und Bewegung

Strahlende Kinderaugen, lachende Eltern und jede Menge Bewegung – so lässt sich unser Kibaz-Kinderturnfest in diesem Jahr beschreiben. Gemeinsam wurde geklettert, balanciert, gesprungen und geturnt. Ob groß oder klein, alle hatten ihren Spaß und haben das bunte Sporterlebnis sichtlich genossen.

Besonders schön: Eltern und Kinder waren ein richtig starkes Team. Zusammen haben sie die Stationen gemeistert, sich gegenseitig angefeuert und am Ende stolz ihre Urkunden und Abzeichen gefeiert.



Wir sagen DANKE an alle, die dabei waren – ihr habt das Turnfest zu einem echten Highlight gemacht! Und weil es so schön war, freuen wir uns schon auf das Kibaz-Kinderturnfest im nächsten Jahr.

Raffaella Rapino

Volleyball für Teenies

Neuer Volleyballkurs für Teenies

Ich leite seit Kurzem einen Volleyballkurs für Teenies ab 13 Jahren – immer donnerstags von 18:00 bis 19:15 Uhr. Der Kurs richtet sich an Anfänger und soll Jugendlichen die Möglichkeit geben, die Grundtechniken des Volleyballs kennenzulernen, sich sportlich auszuprobieren und einfach eine gute Zeit miteinander zu verbringen.

Ich heiße Claudia von Bülow, bin selbst Mama einer Teenietochter und habe früher selbst mit großer Leidenschaft Volleyball gespielt. Jetzt freue ich mich, meine Erfahrungen weiterzugeben und Jugendliche für diesen tollen Teamsport zu begeistern.

In unserem (Anfänger)Kurs steht nicht nur Technik auf dem Programm – mindestens genauso wichtig sind Spaß an Bewegung, neue Bekanntschaften und ein starkes Miteinander. Durch gemeinsame Spiele und Übungen fördern wir den Teamgeist und wachsen schnell zu einer motivierten Gruppe zusammen.

Wenn du Lust hast, Volleyball mal auszuprobieren, dich bewegen willst und nette Leute in deinem Alter suchst – komm gerne vorbei!

Claudia von Bülow



Die Trainerinnen der Rhythmischen Sportgymnastik stellen sich vor.



Team für die Leistungsgruppe (von links nach rechts)

Alevtina Frikel
Trainerin C Leistungssport und B Kampfrichterin, Abteilungsleiterin

Helena Henkel
Cheftrainerin, Dipl. Sportl. (Uzb) und A Kampfrichterin

Maryna Gorjunova
Choreographin und Balletttrainerin

Alle drei sind verantwortlich für die Kaderngymnastinnen im Alter ab 9 Jahren bis zur Seniorin, Teilnahme mit den Athletinnen auf Deutschlandebene u. International.

Jana Babka
Trainerin A Leistungssport, int. Kampfrichterin, verantwortlich für Kampfrichterwesen, TK Mitglied RTB und DBT



Marie Sophie Happel
Sportstudentin und Trainerin C Leistungssport, Leitung Talentsichtungsgruppe

Katarina Freger
Trainerin C Leistungssport, B Kampfrichterin, Talentsichtungsgruppe und allgemeine Gruppe



Susanne Babka

Abadi	Rayan	Harnischmacher Juli	Rheinard	Ursula
Acik	Mehmet	Harnischmacher Leni	Riediger	Marc
Acik	Zehra	Haucap	Rietschel	Tabea
Acik	Burak	Henkel	Rietschel	Elli
Acik	Hümeysra	Hermanns	Römer	Finn
Aktas	Maja	Hille	Schabrucker	Laura
Ates	Aliya	Hufschmidt	Scheinin	Vanessa
Babii	Daria	Hülsewiesche	Schmidt	Eva
Baumgarten	Karla	Jüttner	Schmitt	Ingrid
Becker	Stefanie	Karlo	Schomaker	Mia
Becker-Rietschel	Fabian	Kasüske	Schönborn	Tanja
Beitel	Tobias	Keller	Schröder	Hanna
Blüthner	Belinda	Konczak	Shoraka	Sara
Blüthner	Mila	Kösemen	Spicker	Shayenne
Bolten	Christian	Kus	Stoutjesdijk	Fabian
Bruns	Malea	Kus	Stoutjesdijk	Yvonne
Chernyshov	Olivia	Lange	Stoutjesdijk	Fiona
CruX	Wilhelmina	Lingohr	Strzyso	Emil
CruX	Katja	Lisa	Styra	Gerold
CruX	Elisabeth	Lohmeyer	Styra	Ina
CruX	Cecilia	Maeder-Schaefer	Suleymanova	Aytan
CruX	Leonhard	Maltusch	Tiemann	Friedrich
Czech	Amelie	Manafov	Tsarenko	Mariia
Da Costa	Adriana	Massoeur	Tsilipidou	Elisabeth
Dames	Antonia	Mikolajczyk	Ullrich	Jan
Dr.Christ	Eva-Maria	Möller	Veskova	Nikol
Duru-Gietenbruch	Feryal	Möller	Voronenko	Elisabeth
Duscha	Frank	Möller	Watt	Anna
Duscha	Birgit	Müller	Wendland	Karina
Ejupi	Amarda	Mündel	Wuillemet	Nadine
Enke	Flynn	Ohs	Wuillemet	Emma
Erler	Tanja	Ounaceur	Younes	Sandi
Ersosi	Alfa	Pajonczyk	Younes	Jan
Feidmann	Elodie	Pajonczyk	Younes	Ahmad
Feyh	Maly	Ponyatovski	Zacharis	Johanna
Fischer	Monika	Potempa	Zhu	Yun
Graf	Clara	Potempa	Zhu	Qishuang
Gri	Tiffany	Potempa/Katsami	Zhu	Norwin
Grüttner	Guido	Prada	Zöller	Marie
Grüttner	Sandra	Pyvovarova		
Grüttner	Marie	Rancea		
Hanold	Larissa	Reich		
Hanold	Amilia	Reingardt		
Harnischmacher	Jan	Reutersberg		
Harnischmacher	Shiranie	Reutersberg		
Harnischmacher	Sofia	Reutersberg		

**Zum Stichtag 12.09.2025
hatte der Verein 1281
Mitglieder**



- RSG Bundesliga im Oktober 2025
- Neknerf-Kasperl-Theater am 08.11.2025
- Kabarett/Comedy am 09.11.2025
- 3. Magic Moments - Tanzevent am 21.03.2026
- Ordentliche Mitgliederversammlung am 27.03.2026
- Himmelfahrtswandern am 14.05.2026



- Halloween am 31.10.2025 ab 16 Uhr
- Weihnachtsmarkt am 22.11.2025 ab 15 Uhr



- St. Martins-Umzug am 06.11.2025



- Barbara Ming „Leidensdruck“ am 22.10.2025 um 18 Uhr
- Eugen Drewermann am 05.11.2026 um 18 Uhr
- Gesprächskonzert zum Jubiläumsjahr J.S. Bach und Albert Schweitzer am 26.11.2025 um 18 Uhr
- Adventsbasar mit Weihnachtsliederfest am 06.12.2025
- „Treasure Island Songbook“ am 18.02.2026 um 18 Uhr
- „Harry und Kurt“ am 11.03.2026 um 18 Uhr



Anspruchsvolles Spielzeug für Groß und Klein

Benderstr.111 40625 Düsseldorf
Tel. 0211 2855557

Gerresheimer Landstr.125 40627 Düsseldorf
Tel. 0211 5479484

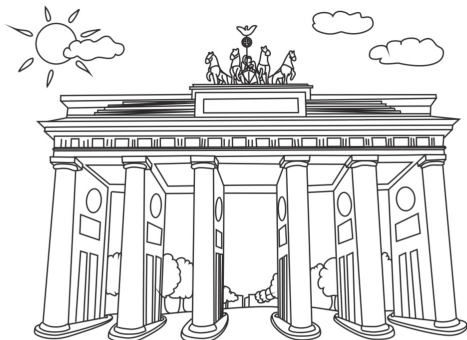
www.hobby-und-spiel-mueller.de
kontakt@hobby-und-spiel-mueller.de

Anzeige

Gesucht wurde eine kleine Maus.

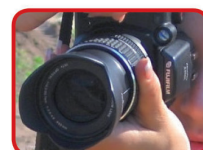


Welche Wörter können thematisch zu diesem Bild passen?
Auflösung im nächsten Sport Report.



**SCHMOOCK
IMMOBILIEN**

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.



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.

Jedes Objekt wird von uns eingehend **besichtigt** und fotografiert.

Kauf- oder Mietpreis. Nach der Erstellung eines aussagekräftigen

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 spe-

ziellen Kundenkreis. Mit unseren Ausstellungsvitrinen und durch

Postwurfsendungen sprechen wir gezielt potentielle Interessenten

in einem begrenzten, von uns gewünschten Umfeld an.

Tel.: 0211-2880089 Fax: 0211-2880090



Der SSV Knittkuhl und die
Boogie-Hoppers präsentieren:



3. Magic Moments

...ein Tanz-Event
im Stil der 50er und 60er

Anmeldungen ab dem
01.12.2025 möglich



Live: The Solid Studs

Line Dance Queen
Ulrike

Samstag, 21. März 2026
Turnhalle der GGS Knittkuhl
Am Mergelsberg 1
40629 Düsseldorf

19:00 Uhr Einlass
19:30 Uhr Line Dance Workshop
ab 20:00 Uhr The Solid Studs

Eintritt: €14.00
(inkl. €2.00 Verzehrutschein)
Verbindliche Anmeldung erbeten an:
Volker Bartels
Email: vbartels@t-online.de

Pausenprogramm:
Volkmars Hess



Mit Unterstützung durch



Christian Klöhn
1. Vorsitzender
☎ 0211 / 54357299
✉ ckloehn@ssv-knittkuhl.de

Heinz Wallraf
2. Vorsitzender
☎ 0211 / 282666

Oliver Brinks
1. Kassierer
☎ 0211 / 21097261

2. Kassierer NN

Madlen Erbendruth
Schriftleiterin
☎ 0151 / 51195131

Raffaella Rapino
Mitgliederverwaltung
✉ r.rapino@ssv-knittkuhl.de

Susanne Babka
Vereinsportlehrerin
Stützpunktleitung RSG

Vereinsheim

40629 D-dorf Am Püttkamp 9
☎ und Fax 0211 / 282923
✉ buero@ssv-knittkuhl.de

Sprechzeiten:

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

zusätzlich :

siehe REHA / Gesundheitssport
siehe Seite 38

Monika Klöhn
Vereinsheim-Management
☎ 0151 / 28176086

Nina Brinks
Vermietung Vereinsheim
☎ 0176 / 45676620
✉ vermietung@ssv-knittkuhl.de

Karl-Heinz Altenrichter,
Schlichtungsausschuss
☎ 0176 / 49442508

Claudia Krause,
Jugendbeauftragte
☎ 02102 / 67895

Bernd Honig
Seniorenbeauftragter
☎ 0211 / 6396901

Abteilungen

TURNEN/GYMNASTIK
Martina Heinemann
Oberturnwartin
☎ 0211 / 4228586

Claudia Krause
Stellv. Oberturnwartin
☎ 02102 / 67895

Inge Hein
Gymnastikwartin
☎ 0211 / 428887

KARATE-DO/QI GONG
Martin Nienhaus
Abt.-Leiter
☎ 0177 / 5933828

Urte Salzer
☎ 0211 / 5143737

TANZSPORT
Gabriele Kretschmann,
Abt.-Leiterin
☎ 0211 / 2890063

Sabine Johannknecht
Stellv. Abt.-Leiterin
☎ 0176 / 24050407

TISCHTENNIS
Bernd Schaller
Abt.-Leiter
☎ 0211 / 9293637
☎ 0163 / 5446885
✉ ommer-schaller@t-online.de

Michael Bensberg,
Stellv. Abt.-Leiter
☎ 0211 / 1664663
✉ bensbergm@gmx.de

VOLLEYBALL
Susanne Babka
siehe Vereinsportlehrerin

Oliver Brinks
Stellv. Abt.-Leiter
☎ 0211 / 21097261

BASKETBALL
Achim Schmidt
Abt.-Leiter
☎ 0173 / 514 0111

SPORTSCHÜTZEN
Horst Elschner
Abt.-Leiter
☎ 0211 / 297003

Jan Roettig
Stellv. Abt.-Leiter
☎ 0174 / 4428316

Fachgruppen – Sparten

FITNESS / SPORTGRUPPE
Heinz Wallraf
Spartenleiter
☎ 0211 / 282666

BADMINTON
Thomas Rubbert
Spartenleiter
☎ 0157 / 82661434
✉ info@trd-design.de

RHYTHM.
SPORTGYMNASTIK
Stützpunktleitung
Susanne Babka s. o.

Abteilungsleitung
A.Frikel
✉ buero@ssv-knittkuhl.de

SENIOREN/WANDERN
Stefanie Ambrozj
☎ 0211 / 15817556
☎ 0176 / 53596772

FREIZEIT- UND FITNESSSPORT / GYMNASTIK

	siehe Trainingsorte		
		↓	
Montag			
Krafttraining	18:45 - 19:30	Z	Raffaella Rapino
Fitnesszirkel (Kraftsport)	19:00 - 22:00	T	Thomas Rubbert
Stretching/Pilates Grundlagen	19:00 - 20:00	online	Claudia Kalupke
Kraft- und Ausdauertraining	19:30 - 20:15	Z	Raffaella Rapino
Dienstag			
StartUp Bauch-Beine-Po	10:00 - 11:00	Z	Ursel Müller
Wandern, jeden 1. Dienstag im Monat (siehe Aushang)	13:30	V	Stefanie Ambrozy
Stretching	19:00 - 19:45	Z	Silke Arnhold
Mittwoch			
Ganzkörper-Workout	19:30 - 20:30	G	Raffaella Rapino
Body-Fit	19:00 - 20:00	Z	Sabine Johannknecht
Donnerstag			
Walking mit Vibroswing-Ringen	10:00 - 11:00	V	Heike Nack
2. Donnerstag im Monat Spiele-Nachmittag für Erw.	14:30 - 18:00	V	Ursel Müller
3. Donnerstag im Monat Gedächnistraining	15:00 - 16:30	V	Hilla Göbel
Seniorentreff, letzter Donnerstag im Monat	15:00 - 18:00	V	Bernd Honig
Fitnesszirkel (Kraftsport)	19:00 - 22:00	Z	Heinz Wallraf
Freitag			
Full Body (Kraftsport)	09:30 - 10:15	Z	Raffaella Rapino
Yoga	10:30 - 11:30	Z	Connie Missler
Boule	15:00 - 17:00	Z	Volker Peters
<u>TISCHTENNIS</u>			
Dienstag			
Erwachsene	19:30 – 22:00	T	Bernd Schaller
Donnerstag			
Erwachsene	19:30 – 22:00	T	Bernd Schaller
<u>BADMINTON</u>			
Freitag			
Freizeit und Hobby für jedermann (ab 16 Jahre)	20:00 - 22:00	3	Thomas Rubbert
Freitag			
Jugendliche / Erwachsene	19:00 - 21:00	T	Thomas Rapino
<u>SPORTSCHÜTZEN</u>			
Dienstag nach Absprache Luftgewehrschießen	19:00 - 22:00	7	Jan Roettig
Sonntag nach Absprache Kleinkaliberschießen	10:00 - 13:00	6	Christian Fischer/Ursel Müller

KARATE-DO

	siehe Trainingsorte		
		↓	
Montag			
Fortgeschrittene	19:00 - 21:00	G	Martin Nienhaus
Mittwoch			
Fortgeschrittene	19:00 - 21:00	G	Martin Nienhaus
Qi Gong online	18:00 - 19:00		Urte Salzer
<u>TANZ</u>			
Dienstag			
Linedance*	19:30 - 21:00	V	Alice Gambalat
Linedance*	18:00 - 19:30	V	Alice Gambalat
Mittwoch			
Boogie Woogie Gruppe 1	18.30 - 20:00	V	Volker Bartels
Boogie Woogie Gruppe 2	19:30 - 21:30	V	Volker Bartels
Donnerstag			
Linedance*	18:00 - 19:30	V	Alice Gambalat
Linedance*	19:30 - 21:00	V	Alice Gambalat
<u>BALLSPIELE</u>			
Dienstag			
Volleyball	20:00 - 22:00	8	Oliver Brinks
Mittwoch			
Hobbygruppe Volleyball	20:30 - 22:00	T	H. Wallraf / Chr. Klöhn
<u>SKATERHOCKEY</u>			
Mittwoch			
Skaterhockey	20:00 - 22:00	1	Tim Ferber

* Der Einstieg ist jederzeit möglich. Bitte anfragen, welcher Kurs in Frage kommt.

Freizeit- und Fitnesssport / Gymnastik

Montag Krabbelgruppe für Kinder	siehe Trainingsorte		
	↓		
	11:00 - 12:00	Z	Raffaella Rapino
Dienstag Kinder-Yoga Selbstverteidigung für Kinder ab 8 Jahren	17:00 - 18:00	Z	M. Margagliotta
	17:30 - 18:30	G	Thomas Rapino
Mittwoch Spielgruppe für Kleinkinder und Babys	09:00 - 10:15	Z	Raffaella Rapino

Tischtennis

Dienstag Kinder 8-12 Jahre	18:00 - 19:30	T	Andrea Döring
--------------------------------------	---------------	---	---------------

Turnen

Montag Kinderturnen, 4-5 Jahre (ohne Eltern) Turnen, Spiele ab 6 J. (ohne Eltern)	16:30 - 17:30	G	N. Yilmaz
	16:30 - 17:30	T	Raffaella Rapino
Mittwoch Gerätturnen allgemein & Fördergruppe ab 6 Jahre Eltern-Kind-Turnen, 3-5 Jahre	16:30 - 18:15	T	Claudia Krause
	16:45 - 17:45	G	Sabrina Bergenthal
Donnerstag Eltern-Kind-/ Vorschulturnen bis 4 Jahre	16:30 - 18:00	T	Ana Gintz
Freitag Geschwisterturnen für Kinder bis 6 Jahre Gerätturnen Leistungsgruppe	15:30 - 16:30	T	Raffaella Rapino
	16:30 - 19:00	T	M. Heinemann

Rhythmische Sportgymnastik

Freitag Tanz, Ballett, RSG ab ca. 5-7 Jahre Rhythm.Sportgymn. / Nachwuchs / TS+TF Gruppen	16:00 - 18:00	8	K.Freger, M. Happel
	17:30 - 19:30	8	Romina Schayestepour
Samstag Talentsichtungsgruppe RSG ab 8 Jahre Allgemeine Gruppe Rhythmische Sportgymnastik	10:00 - 12:00	8	Romina Schayestepour
	12:00 - 15:00	8	Romina Schayestepour

Leistungsgruppe
gesonderter Trainingsplan

Tanz

Dienstag Eltern-Kind-Tanz/ Bewegungsabenteuer Kinder Yoga	siehe Trainingsorte		
	↓		
	16:00 - 17:00	Z	M. Margagliotta
	17:00 - 18:00	Z	M. Margagliotta
Mittwoch Allgemeines Kindertanzen ab 4 Jahre	16:30 - 17:30	Z	Sabine Johannknecht
Freitag Kindertanz (Orientalisch), 6-13 Jahre	17:00 - 18:30	Z	Gabriele Kretschmann

Ballspiele

Montag Basketball-Hobbygruppe ab 6 Jahre	17.30 - 18:30	T	Raffaella Rapino
Dienstag Ballspiele für Kinder ab 6 Jahre	16:30 - 17:30	T	Thomas Rapino
Donnerstag Volleyball für Teenies (ab 13 Jahren)	18:00 - 19:15	T	Claudia von Bülow

Kinderschwimmen Kurse Siehe Aushang

Montag Baby-Schwimmen andere Kurse	auf Anfrage auf Anfrage	ab 15:30	C	A. Brüne
		ab 15:30	C	Susanne Babka
Mittwoch verschiedene Kurse	auf Anfrage	ab 16:15	C	Susanne Babka
Samstag verschiedene Kurse	auf Anfrage	ab 15:45	A	Raffaella Rapino

Teilnahme möglich mit Verordnung 56 oder Abteilungsbeitrag

siehe Trainingsorte

Montag		↓	
Gymnastik im Sitzen / Rehasport, Orthopädie	09:15 - 10:00	Z	Susanne Babka
Rehasport Gymnastik, Orthopädie	10:00 - 11:00	Z	Susanne Babka
Reha-Sport Wassergymnastik Kurse auf Anfrage	ab 17:45 - 20:45	C	Johannknecht/Babka
Kurse je 45 Min.			
Dienstag			
Rehasport / Lungensport	18:00 - 19:00	Z	Silke Arnhold
Pilates, Fortgeschrittene	19:45 - 20:45	Z	Andrea Brüne
Reha-Sport Wassergymnastik	08:15 - 09:45	A	Susanne Babka
Reha-Sport Wassergymnastik 1	19:15 - 20:00	A	Brigitte Riebe-Neuhoff
Reha-Sport Wassergymnastik 2	20:00 - 20:45	A	Brigitte Riebe-Neuhoff
Mittwoch			
Rehasport	10:30 - 11:30	Z	Silke Arnhold
Reha-Sport Wassergymnastik	15.30 - 16:15	C	Susanne Babka
Rehasport Orthop.	18:00 - 19:00	Z	Sabine Johannknecht
versch. Kurse auf Anfrage je 45 Min. ab	18:30 - 20:00	C	Andrea Döring
Reha-Sport Wassergymnastik, Tiefwasser	20:00 - 20:45	C	Andrea Döring
Donnerstag			
Hockergymnastik / Rehabilitationssport	09:15 - 10:00	Z	Sabine Johannknecht
Orthop. Gymnastik / Rehasport	10:00 - 11:00	Z	Sabine Johannknecht
Orthop. Gymnastik / Rehasport	11:00 - 12:00	Z	Sabine Johannknecht
Wirbelsäulen-Gymnastik / Rehasport	16:30 - 17:30	Z	Susanne Babka
Wirbelsäulen-Gymnastik / Rehasport	17:30 - 18:30	Z	Susanne Babka
Freitag			
Reha-Sport Wassergymnastik Orth.	08:15 - 09:45	A	Rapino
Reha-Sport Wassergymnastik	13:15 - 15:30	C	Silke Arnhold
Rehasport bei orthopädischen Erkrankungen	15:30 - 16:30	8	Sabine Johannknecht
Rehasport bei orthopädischen Erkrankungen	16:30 - 17:30	8	Sabine Johannknecht
Samstag			
Reha-Sport Wassergymnastik je Kurs 45 Min.	ab 13:30 - 15:45	A	Susanne Babka
Sonntag			
Reha-Sport Wassergymnastik jeweil 45 Min.	ab 09:00 - 12:00	C	Andrea 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

- 1 = St.Michael Schule, Kämpgensweg 65
- 3 = Halle Graf-Recke-Straße 154
- 4 = Graf-Recke-Straße 230
- 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
- C = Lohbachweg 18, 40625 Gerresheim
- G = Gymnastikhalle / GGS Knittkuhl, Am Mergelsberg 1
- V = Vereinsheim, Am Püttkamp 9
- T = Turnhalle / GGS Knittkuhl, Am Mergelsberg 1
- Z = Sport&Gesundheits-Zentrum Knittkuhl, Am Schultersbusch 3

Herausgeber:

Spiel- und Sportverein Düsseldorf-Knittkuhl 1972 e.V.
Am Püttkamp 9, 40629 Düsseldorf
☎/Fax 0211 / 282923

SSV im Internet:
www.ssv-knittkuhl.de
E-mail: buero@ssv-knittkuhl.de
oder zentrum@ssv-knittkuhl.de

Vorsitzender:
Klöhn, Christian: ☎ 0176 / 69407440

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

Dr.Gruß, Wolfgang ☎ 0211 / 286210
Bartels, Volker ☎ 0211 / 299602
Peters, Volker ☎ 0211 / 289415

Anzeigen:
Peters, Volker ☎ 0211 / 289415

Layout:
Bartels, Volker ☎ 0211 / 299602
✉ vbartels@t-online.de

Pressekontakt:
Dr.Gruß, Wolfgang ☎ 0211 / 286210
✉ mogiwo@web.de

Bankverbindung:
Stadtsparkasse Düsseldorf
BIC: DUSDEDDXXX
IBAN:DE59 3005 0110 0079 0002 20

Sprechzeiten im Vereinsheim
Am Püttkamp 9 ☎0211 / 282923
Mi. & Fr. 10:30-12:30 Uhr

Sprechzeiten im Gesundheitszentrum
Am Schultersbusch 3 ☎ 0211 / 20927138
Montag 11:00-13:00 Uhr
Donnerstag 14:30-16:30 Uhr

Herstellung: Druckerei Heimbuch
Althofstrasse 44 , 45468 Mühlheim a.d.Ruhr.
☎ 0208 / 31055 Fax 0208 / 32760
✉ info@Heimbuch-media.de
Auflage 800
39.Jahrgang Ausgabe Oktober 2025

Der nächste Sport-Report (01/2026)
erscheint März 2026
Redaktionsschluss ist der 31.01.2026

Die Redaktion behält sich sinnwahrende Kürzungen in übermittelten Beiträgen vor.

Seit 1908. Ihr Gesundheitspartner.

Ihre Gesundheit liegt uns am Herzen!

Nutzen Sie unseren Apotheken-Bestell-Service. Ganz gleich ob Sie ein Rezept einlösen möchten oder ein anderes Apotheken-Produkt benötigen.



Sana Apotheke.

— GERRESHEIM —

Sana Apotheke Gerresheim:

Gräulinger Str. 120 — 40625 Düsseldorf

T: 0211 26 13 33 50 — E: info@sanaapotheken-gerresheim.de

Grafentaler APOTHEKE

Grafentaler-Apotheke:

Grafenberger Allee 302 — 40237 Düsseldorf

T: 0211 23 04 00 80 — E: info@grafentaler.de



Grafenberger Apotheke.

Grafenberger-Apotheke:

Grafenberger Allee 409 — 40235 Düsseldorf

T: 0211 66 22 34 — E: info@grafapo.de

Sie bestellen —

wir liefern!