

2026



115 Jahre Gemeinschaft

- Tradition trifft Moderne



UNSER FRIESENHÜGEL

1. Grußwort des 1. Vorsitzenden

2. Leitbild des Vereins

3. Jubilare 2025

4. Totenehrungen 2025

5. News 2025

6. Events 2025

7. Sportabzeichen

**8. Kooperation mit unseren
Kindergärten**

9. Mach mit!

10. Unsere Ressortarbeit - Prävention

11. Berichte der Abteilungen

Allgemeines Turnen

Rehasport

Sport mit Älteren

Badminton

Radball

Pickleball

Volleyball

Judo

Tennis

12. Coming soon... 2026/Dank

13. Kontakt/Herausgeber

Wir legen viel Wert auf Vielfalt und Diversität. Dies versuchen wir in unserem Sprachgebrauch zu berücksichtigen. Falls gendergerechte Sprache nicht konsequent angewendet wurde, bitten wir dies zu entschuldigen und möchten betonen, dass sich alle Geschlechtsidentitäten angesprochen fühlen dürfen.

Impressum

Herausgeber:

Turnerbund Osterfeld 1911 e.V.

Kapellenstraße 84, 46119 Oberhausen

0208 / 89 15 30

vorstand@turnerbund-osterfeld.de

www.turnerbund-osterfeld.de

Redaktion:

Alina Brühl, Alexander Huestegge

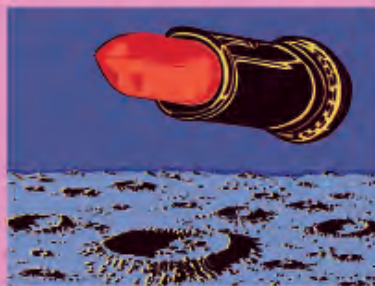


Kunst erleben in der LUDWIGGALERIE Schloss Oberhausen...

GERMAN POP ART

Zwischen Provokation und Mainstream
Die Sammlung Heinz Beck zu Gast in der LUDWIGGALERIE

25.1. – 3.5.2026



© Heinz Beck

© picture alliance / AP / Anja Niedringhaus



Anja Niedringhaus

An vorderster Front

Pulitzer-Preisträgerin, Pressefotografin, Porträtistin

10.5. – 13.9.2026

Pustekuchen, Schabernack und Plutimikation

Astrid Lindgrens Welt in Bildern

Auf ins Abenteuer mit Pippi, Michel und Lotta

20.9.2026 – 17.1.2027



© Astrid Lindgren & Astrid Lindgrens värld AB
Pippi Langstrumpf: Bilden: The Astrid Lindgren Company



LUDWIGGALERIE
SCHLOSS OBERHAUSEN



www.ludwiggalerie.de | Tel. 0208 41249 28

Grußwort des 1. Vorsitzenden

**Liebe Mitglieder,
liebe SportfreundInnen,
sehr geehrte Damen und Herren,**

115 Jahre – das ist weit mehr als nur eine Zahl in einer Chronik. Es ist das lebendige Zeugnis einer außergewöhnlichen Gemeinschaft, die über Generationen hinweg gewachsen ist. Wenn wir heute auf unsere lange Vereinsgeschichte zurückblicken, erfüllt uns das mit Stolz, aber vor allem mit tiefer Dankbarkeit.

Ein Miteinander der Generationen

Der Kern unseres Erfolgs ist der Zusammenhalt zwischen Jung und Alt. In einer Welt, die sich immer schneller dreht, ist unser Verein ein Ankerpunkt geblieben.

Hier lernen die Jüngsten von der Erfahrung der Älteren, während der frische Wind der Jugend uns stetig vorantreibt. Diese Vielfalt ist unsere größte Stärke. Ein solches Jubiläum wäre niemals möglich ohne das massive **Engagement unserer Mitglieder**. Ihr seid das Funda-

ment, auf dem dieser Verein steht. Mein besonderer Dank gilt zudem den **ehrenamtlichen MitarbeiterInnen** sowie den ehemaligen und den heutigen **Vereins- und Abteilungsvorständen**, die durch ihren unermüdlichen Einsatz den Weg für unsere heutige Generation geebnet haben.

*Unsere 115-jährige Geschichte
ist kein Ruhekissen, sondern
das Fundament auf dem wir
die soziale Verantwortung und
sportliche Exzellenz von morgen
bauen.*

Sportliche Erfolge und gesellschaftliche Verantwortung

Wir blicken auf ein Jahr voller sportlicher Glanzlichter. Unsere AthletInnen haben in ihren jeweiligen Disziplinen herausragende Leistungen gezeigt und den Namen unseres Vereins weit über die Stadtgrenzen hinaus ehrenvoll vertreten. Diese Erfolge sind das Ergebnis von Disziplin, Leidenschaft und exzel-

- Tradition trifft Moderne



lenter TrainerInnenarbeit.

Doch wir wirken auch über das Spielfeld hinaus. Wir setzen uns maßgeblich für die Prävention von sexueller und interpersoneller Gewalt ein, um einen sicheren Raum für alle zu schaffen.

Ebenso sind wir stolz darauf, Vorreiter beim Thema UV-Schutz zu sein, um aktiv zur Vorbeugung von Hautkrebs beizutragen.

Starke Partner und ein voller Terminkalender

Ein wichtiger Meilenstein ist die neu gewonnene Zusammenarbeit mit der *Werbegemeinschaft Osterfeld*, die unsere lokale Vernetzung stärkt. Ein herzlicher Dank gilt auch den MitarbeiterInnenen der *Stadt Oberhausen*, insbesondere aus dem Fachbereich Sport sowie den *SBO* für die jahrelange konstruktive Unterstützung.

Gemeinsam haben wir viel erreicht, und wir sind noch lange nicht fertig. Das Jahr 2026 hält noch einige Highlights für uns bereit: Unsere großen Jubiläumsturniere, bei denen wir sport-

lichen Ehrgeiz und Fairplay feiern; die kommenden Sommer- und Vereinsfeste, die Raum für Begegnung schaffen, sowie diverse Events und Aktionstage, die unseren Zusammenhalt weiter festigen werden.

Ein Blick in die Zukunft

Wir blicken heute zurück, um Schwung für die Zukunft zu holen. Gemeinsam werden wir weiterhin Bewährtes pflegen und mutig neue Wege gehen. Auf ein ereignisreiches Jahr 2026!

Mit sportlichen Grüßen,

Alexander Huestegge



Leitbild des Vereins



Der Verein „Turnerbund Osterfeld 1911 e. V.“ gibt sich folgendes Leitbild, an dem sich das Vereinsleben und die Arbeit der Organe, der Amts- und Funktionsträger sowie aller sonstigen Mitarbeiter orientieren:

Grundlage der Vereinsarbeit ist das Bekenntnis aller Mitglieder des Vereins zur freiheitlich demokratischen Grundordnung der Bundesrepublik Deutschland und des Landes Nordrhein-Westfalen.

*Der Verein wendet sich
gegen jede Form von
Intoleranz, Rassismus
und politischem
Extremismus.*

Der Verein, seine AmtsträgerInnen und MitarbeiterInnen bekennen sich zu den Grundsätzen eines umfassenden Kinder- und Jugendschutzes und treten für die körperliche und seelische Unversehrtheit und Selbstbestimmung der anvertrauten Kinder und Jugendlichen ein.

Der Verein, seine AmtsträgerInnen und MitarbeiterInnen pflegen eine Aufmerksamkeitskultur und führen regelmäßig Präventionsmaßnahmen zum Schutz von Kindern und Jugendlichen vor sexualisierter Gewalt durch.

Der Verein steht für Fairness und tritt für einen doping- und manipulationsfreien Sport ein.

Der Verein ist parteipolitisch und religiös neutral. Er vertritt den Grundsatz religiöser, weltanschaulicher und ethnischer Toleranz und Neutralität.

Er tritt rassistischen, verfassungs- und fremdenfeindlichen Bestrebungen sowie jeder Form von Gewalt, unabhängig davon, ob sie verbaler, körperlicher, seelischer oder sexualisierter Art ist, entgegen.

Der Verein fördert die Inklusion behinderter und nichtbehinderter Menschen und die Integration von Menschen mit Zuwanderungshintergrund. Er verfolgt die Gleichstellung der Geschlechter.



Weil Ihr Kind auf Sie zählt!

Jetzt die günstige Berufsunfähigkeitsvorsorge für Schüler sichern.

LVM-Versicherungsagentur

Jörg Schefzig

Pfälzer Str. 81

46145 Oberhausen

Telefon 0208 62138562

WhatsApp 017610005172

info@j-schefzig.lvm.de

<https://j-schefzig.lvm.de>



Jubilar-Ehrung 2025

25-jährige Mitgliedschaft:

Burkhard Boehner
Doris Bosch
Sandra Boywitt
Julia Freyth
Roswitha Goerdes
Brigitte Haak
Marion Klasen
Herbert Koelking
Elisabeth Korn
Rolf Neubert
Kläre Post
Angelika Prior
Martin Real
Jörg Roemer
Marlies Schäfer
Jana-Laura Wolff
Jeannine Wolff
Ingrid Womes

40-jährige Mitgliedschaft:

Rainer Dilly
Dagmar Franke
Tilman Funcke
Hannelore Korves
Holdegard Laufkoetter
Andrea Schädel
Walter Zirngibl

30-jährige Mitgliedschaft:

Otto Clemont
Sonja Elise Dargent-Wildner
Edith Grützmaker
Lutz Hengen
Ralf Kramer
Regina Kreutz
Andreas Lehmann
Andreas Naujock
Holger Oberheid
Birgit Zalesiak

50-jährige Mitgliedschaft:

Ingrid Beutling
Inge Büning
Karl Flesch
Marie-Luise Gabriel
Christel Gertz
Jürgen Klingelhöller
Rainer Knieeisen
Heidemarie Koster
Klaus Schmidt
Monika Schroemges
Hermann Töpfer
Jutta Turin
Renate Zimmermann

65-jährige Mitgliedschaft:

Reinhilde Schucht-Behrendt

70-jährige Mitgliedschaft:

Heinz Wrede

75-jährige Mitgliedschaft:

*Karin Kärcher
Ingrid Schroemges*

Totenehrungen 2025

Johann Storz

Allgemeines Turnen

Walburga von Schwartzberg

Allgemeines Turnen

Horst Freymuth

Allgemeines Turnen

Renate Hlavaty

Sport mit Älteren

Hildegard Janz

Allgemeines Turnen

*Was man tief in seinem Herzen besitzt,
kann man nicht durch den Tod verlieren.*

Johann Wolfgang von Goethe



Gesundheitsberatung

Sabine Brüggenhies

Heil- und Hilfsmittel

Bergstr. 9

Blutdruckmessung

16117 Oberhausen

Inkontinenzversorgung

Tel: 0208/89 02 37 Fax: 0208 81 12 09

Kostenloser Lieferservice

E-Mail: info@ketteler-apotheke-sb.de

Montag

08:30 – 13:00

15:00 – 18:30

Dienstag

08:30 – 13:00

15:00 - 18:30

Mittwoch

08:30 – 13:00

Donnerstag

08:30 – 13:00

15:00 – 18:30

Freitag

08:30 – 13:00

15:00 – 18:00

Seit über 120 Jahren - Tradition die verpflichtet

BESTATTUNGSINSTITUT **KORTZ**

Hermann Kortz seit 1887

Oberhausen - Osterfeld
Bottroper Straße 176 - 178
Telefon 02 08 / 89 37 24

www.Bestattungen-Kortz.de



Wir führen nach Ihren Wünschen alle Arten von Erd- und Feuerbestattungen auf sämtlichen Friedhöfen würdevoll und in jeder Preislage aus.

Wir bieten persönliche, fachkundige Beratung.

Jetzt bei uns:

Bestattungsvorsorge - Informieren Sie sich !



KiGa seit 15 Jahren in Bewegung

Zum 15-jährigen Jubiläum als anerkannter Bewegungskindergarten der Sportjugend NRW überreichten SSB-Präsident Manfred Gregorius sowie Alexander Huestegge, Vorsitzender des TbdO, der kath. Kindertagesstätte *Entdeckungskiste St. Pankratius* die Auszeichnung durch die Sportjugend NRW und die Staatskanzlei des Landes NRW. Das Fundament dieses Erfolges ist die langjährige, funktionierende Kooperation des Bewegungskindergartens mit dem Turnerbund Osterfeld 1911 e.V.

Wir sagen Glückwunsch und alles Gute für die weitere Zusammenarbeit!

Besuch im Landtag

Der SSB *Oberhausen* gab Vereinsinteressierten die Möglichkeit den Landtag Düsseldorf zu besuchen.

Neben spannenden Debatten im Parlament mit namentlicher Abstimmung, konnte eine Vorstellung des Landtags im gesonderten Presseraum verfolgt werden.

Das Highlight aber war eine Fragestunde mit dem Abgeordneten Herrn Zimkeit.

Allgemeine Fragen zum Sport, zum Ehrenamt, zu der Anzahl der Sportschulstunden, zur Ausbildung von Lehrkräften zur Schwimmlehrer-Befähigung musste sich Steffan Zimkeit stellen und nahm auch Anregungen der Teilnehmenden mit.

Das war eine tolle Möglichkeit für unsere Interessen einzustehen.



Erneute Auszeichnung für den Turnerbund Osterfeld 1911 e.V. – Engagement im Kampf gegen Hautkrebs gewürdigt



Der Turnerbund Osterfeld 1911 e.V. hat erneut eine besondere Auszeichnung erhalten. Für sein herausragendes Engagement im Rahmen der Kampagne *Clever in Sonne und Schatten* wurde der Verein erneut gewürdigt. Diese Initiative widmet sich der wichtigen Prävention von Hautkrebs, insbesondere im Sportbereich.

Die Kampagne der Deutschen Krebshilfe und des Nationalen Zentrums für Tumorerkrankungen Dresden zielt darauf ab, Übungsleitende, TrainerInnen und auch die Sporttreibenden selbst für das Thema Hautkrebsprävention zu sensibilisieren. Im Fokus steht dabei die Aufklärung über Risiken durch UV-Strahlung und die Förderung von Schutzmaßnahmen.

„Denn wer hat eine größere Reichweite als der Breitensport?“, betont Huestegge,

der die Bedeutung der Kampagne für den Verein unterstreicht. Sportvereine erreichen eine breite Masse an Menschen unterschiedlichen Alters und bieten somit eine ideale Plattform, um wichtige Gesundheitsbotschaften zu verbreiten. Der Turnerbund Osterfeld 1911 e.V. hat dies erkannt und setzt sich aktiv dafür ein, seine MitgliederInnen und die breitere Öffentlichkeit für einen verantwortungsvollen Umgang mit der Sonne zu sensibilisieren.

Die erneute Auszeichnung ist eine Bestätigung der kontinuierlichen Arbeit des Vereins im Bereich der Gesundheitsförderung und unterstreicht seine Vorreiterrolle bei der Prävention von Hautkrebs im Breitensport. Der Turnerbund Osterfeld 1911 e.V. zeigt damit einmal mehr, dass er nicht nur sportliche Erfolge fördert, sondern auch aktiv Verantwortung für die Gesundheit seiner MitgliederInnen übernimmt.



News 2025

CLEVER IN SONNE UND SCHATTEN

UV-SCHUTZ FÜR SPORTLER



Deutsche Krebshilfe
HELLEN. FORSCHEN. INFORMIEREN.

CHECKLISTE FÜR SPORTLERINNEN UND SPORTLER

Auch beim Sonnenschutz alles geben!

Zu viel UV-Strahlung der Sonne erhöht das Hautkrebsrisiko, schwächt das Immunsystem und kann dadurch das Abrufen optimaler Leistungen beeinträchtigen.

Auf das Timing kommt es an

- Mittagssonne meiden; draußen möglichst morgens oder spät nachmittags trainieren
- Beim Training den UV-Index berücksichtigen – tagesaktuelle Infos unter: www.bfs.de/uv-prognose

Schattenplätze – Auszeiten für die Sonne

- In den Pausen Schatten aufsuchen
- Wenn möglich, im Schatten trainieren, zum Beispiel im Wald

Immer die richtige Ausrüstung parat

- Ein luftiges T-Shirt oder Trikot tragen, um Nacken und Schultern vor der Sonne zu schützen
- Eine möglichst lange Sporthose und feste Schuhe tragen
- Kopfbedeckung aufsetzen zum Schutz vor UV-Strahlung und Sonnenstich
- Sonnenbrille mit UV-A- und UV-B-Schutz mit Kennzeichnung DIN EN ISO 12312-1, UV 400

Sonnencreme ergänzt die Kleidung

- Lichtschutzfaktor 30+ (hoch), UV-A- und UV-B-Schutz
- Wasserfest und am besten ohne Duftstoffe
- Rechtzeitig auftragen und in den Pausen nachcremen

Projekt „Clever in Sonne und Schatten“ – mehr Infos unter www.krebshilfe.de/uv-schutz



Weitere Informationen zum Thema Sonnenschutz für SportlerInnen findest du auf der Webseite - siehe QR Code...





Manuel Wilhelm
Dachdeckermeister



24 STUNDEN
NOTDIENST

0151 / 50 60 80 90

Kapellenstraße 125
46119 Oberhausen

info@dachdeckerei-wilhelm.de
www.dachdeckerei-wilhelm.de

- 
- ▶ **FLACHDACH- & STEILDACHSANIERUNG**
 - ▶ **BALKON- & TERRASSENSANIERUNG**
 - ▶ **FASSADENGESTALTUNG**
 - ▶ **AUFBAU VON PHOTOVOLTAIKANLAGEN**
 - ▶ **AUS- & EINBAU VON DACHFLÄCHENFENSTERN**
 - ▶ **BAUKLEMPNEREI**
 - ▶ **REPARATUR- & WARTUNGSARBEITEN**



Großes Dankeschön!!

Im Januar lud der geschäftsführende Vorstand zum Ehrenamts-Abend ein. Alle Abteilungen hatten die Möglichkeit ihre Ehrenamtlichen zu diesen besonderen Abend einzuladen. Zügig füllte sich das Vereinsheim bis auf den letzten Platz.

Nach einer kurzen Eröffnungsrede von Helga Buchta und Alex Huestegge konnte der Abend bei italienischen Speisen und Getränken beginnen.

Mit vielen Fotos aus dem letzten Jahr und tollen Gesprächen genossen unsere Ehrenamtlichen den Abend.

Wir sind dankbar für so eine tolle Gemeinschaft jeglicher Altersklassen, die sich so wunderbar für den Turnerbund engagiert.

Wir freuen uns auf das nächste Jahr mit hoffentlich vielen bekannten und neuen Gesichtern.

Wenn es mal ernst wird...

Am 08.03.2025 fand für die Abteilung *Allgemeines Turnen* wieder der Erste-Hilfe-Kurs statt.

Dafür wurde die vereinseigene Turnhalle mit Projektionswand und reichlich Zubehör bestückt.

Mit viel Witz und Engagement zeigte der Herr vom ASB den 20 teilnehmenden ÜbungsleiterInnen, wie ein Verband angelegt wird, jemand in die stabile Seitenlage gelegt und anhand einer Puppe wiederbelebt wird.

Aus ihrer Erfahrung als Übungsleitende ergaben sich viele Fragen und Fallbeispiele, die sorgfältig beantwortet und besprochen wurden. In den Pausen konnten sich die Teilnehmenden über ihre Erfahrungen austauschen.

Jedes zweite Jahr müssen Übungsleitende ihre Kenntnisse in Erster Hilfe erneuern.

Also, bis in 2 Jahren!

KI-generiertes Bild





Weinhaus Osterfeld

Ihr qualifizierter Weinfachhandel



Wein
Feinkost
Präsente
Lieferservice
Versand

Inh. Andreas Düppengießer
Fon 0208/7417 67-07
Fax 0208/7417 67-06
info@weinhaus-osterfeld.de

Öffnungszeiten:
Di.-Fr. 11-19 Uhr
Sa. 10-15 Uhr
Montag Ruhetag

Weinhaus Osterfeld
Bottroper Str. 153
46117 Oberhausen
www.weinhaus-osterfeld.de



Events 2025

Im Jahr 2025 fanden wieder einige tolle Events rund um den Friesenhügel statt. Hier zeigen wir Eindrücke des traditionellen Anturnens an Christi Himmelfahrt in Bildern...





Events 2025



Events 2025

Anturnen 2025

Nach dem Regen kommt das Strahlen: Das Familienfest am Friesenhügel

Anturnen – für jede Turnerbündlerin und jeden Turnerbündler ist dieser Termin im Kalender rot markiert. Pünktlich zu Christi Himmelfahrt öffnete der *Turnerbund Osterfeld* wieder seine Tore, um Einblicke in unsere bunte Vereinswelt zu geben. Es war ein Tag, an dem der „Virus des Zusammenhalts“ jeden Gast ansteckte.

Ein Treffpunkt für Generationen

In diesem Jahr war das *Anturnen* wieder weit mehr als nur Sport: Es war ein Ort der Begegnung. Alte Bekannte

trafen auf neue Gesichter, benachbarte Vereine kamen zu Besuch und VertreterInnen der kommunalen Politik ließen sich unser Fest ebenfalls nicht entgehen.

Eröffnet wurde das Fest durch Rolf Kinter (TbdO) und Hans-Bernd Reuschenbach (SSB).

Direkt im Anschluss sorgten unsere Kooperationskindergärten *Schatzkiste* und *Grashüpfer* für beste Stimmung: Mit ihren Tänzen wirbelten sie so über die Wiese, dass auch der letzte Regentropfen schnell vergessen war.

Sport zum Anfassen und Mitmachen

Unsere Abteilungen zeigten eindrucksvoll

voll, was den Turnerbund ausmacht. In der vereinseigenen Halle konnten Gäste den Judokämpfern über die Schulter schauen, während in der städtischen Halle bei Pickleball und Badminton direkt zum Schläger gegriffen wurde.

Wer es rhythmischer mochte, kam beim Bauchtanz- oder den Zumba-Aufführungen voll auf seine Kosten.

Besonders interessant: Die Vorführungen aus dem Reha-Sport. Hier wurde nicht nur gezeigt, was körperlich möglich ist, sondern es gab auch fachkundige Informationen direkt vor Ort.

Unsere beiden Moderierenden Nicole und Detlef der Abteilung Pickleball führten uns mit Charme und Witz durch den Tag und sorgten für eine ganz besondere Festtagsstimmung.

Gaumenschmaus & Gemeinschaft: Von Grillwurst bis Slush-Eis

Für das leibliche Wohl sorgten die Abteilungen in Eigenregie – ein echtes Gemeinschaftsprojekt:

Getränkewagen: *Badminton* hielt die Erfrischungen bereit.

Cafeteria: Premiere für die *Judo*-Abteilung, die meisterhaft Kaffee und Kuchen servierte.

Vom Grill: Hier punktete das Team *Pickleball*.

Waffelstand: Süße Grüße und gute Ge-

spräche beim *Allgemeinen Turnen*.

Weinstand: Die Laufgruppe lud zum gemütlichen Austausch in edler Runde ein. Der absolute Publikumsliebbling war jedoch der neue Slush-Eis-Stand der *Volleyballer*. Bei den Kindern und Jugendlichen war die Schlange lang – diesen „Newcomer“ werden wir künftig wohl öfter am Friesenhügel sehen!

Ein herzliches Dankeschön geht auch an das Team des ASB, das nicht nur für die Sicherheit sorgte, sondern auch für medizinische Fragen der Gäste stets ein offenes Ohr hatte.

Den traditionellen Schlusspunkt setzte die Laufgruppe: Mit ihren Ehrenrunden um den Sportplatz wurden die kulinarischen Sünden des Tages direkt wieder in Angriff genommen.

Wir freuen uns schon jetzt darauf, euch beim nächsten Mal (wieder) an unserem Friesenhügel begrüßen zu dürfen!



Eröffnung des Festes

Events 2025

Events 2025



Seniorengruppe Inge Spiller und Team

Unsere Senioren trafen sich auch im Jahr 2025 an drei Nachmittagen zu einem gemütlichen Beisammensein. Zu unserem ersten Zusammensein, unter dem Motto *Karneval im Turnerbund* trafen wir uns am 26. Februar nachmittags im Vereinsheim. Die meisten der Senioren waren bunt verkleidet, ebenso das Helferteam.

Wir sehen uns bald wieder.

Süße Leckereien, flotte Karnevalsmusik, gute Getränke und das Tanzen lie-

ßen die Zeit wie im Flug vergehen. Mit dem Versprechen, wir sehen uns bald wieder, ging man froh gelaunt auseinander.

Das zweite Treffen der Senioren stand unter dem Motto:



Bei vielen unseren Teilnehmern fanden die sogenannten „alten Klamotten“ ihre Wiederauferstehung.

Wie es bei einem Sommerfest so üblich ist, wurde gegrillt und es gab als Beilage Brot und leckere Salate.

Nach den Klängen der Musik der 80er Jahr wurde fleißig getanzt. Wieder war ein Nachmittag viel zu schnell vorbei.

So steigt die Vorfreude auf das nächste Zusammensein.

*So steigt die Vorfreude
auf das nächste
Zusammensein.*

Zum dritten Mal trafen wir uns Mitte November. Man konnte die nahe Adventszeit erahnen. Dementsprechend waren die Tische festlich eingedeckt. Die Helfer hatten Kuchen, Plätzchen und andere Leckereien gespendet. Das wurde dankend angenommen. Der Vortrag: *Der gestohlene Weihnachtsbaum* löste starken Beifall aus.

Nach gutem Zuspruch ließen sich die Teilnehmer ermuntern sich draußen für ein Gruppenfoto aufzustellen.

Zum Abschied gab es abends noch Würstchen mit Kartoffelsalt. Danach konnten

alle gestärkt den Heimweg antreten.

Ein besonderes Dankeschön nochmals allen HelferInnen. Ohne sie wäre das alles nicht möglich. Ganz besonders möchten wir uns bei Nicole bedanken, die für alle Events die entsprechende Dekoration anfertigt und anbringt.



Events 2025

Events 2025





Stadtfest 2025

Das 38. Osterfelder Stadtfest durfte der TbdO wieder aktiv mitgestalten.

Höhepunkte waren u.a. unsere Bauchtanzgruppe von Christine Bramhoff, die Zumba Auftritte von Marcus Lehmberg sowie die Show unseres Kooperationskindergartens *Entdeckungskiste*. Sonntags war dann unser traditioneller Benefizlauf an der Reihe - zahlreiche LäuferInnen schnürten ihre Sportschuhe, um Gutes zu tun.

Der Erlös kam der Organisation *Oberhausen Hilft e.V.* zugute, die sich für Menschen und Vereine in Oberhausen einsetzt.

Dank des großartigen Engagements der Teilnehmenden konnte eine beachtli-

che Summe von 500 Euro gesammelt werden. Dieser Betrag ist ein wunderbares Zeichen der Solidarität und des Zusammenhalts in Osterfeld.

Euer TbdO bedankt sich herzlich bei all seinen Mitgliedern, bei unseren Freunden vom OTV, VfL Bergheide, Arminia Klosterhardt sowie bei allen SpenderInnen und freien LäuferInnen, die uns so großartig unterstützt haben.

Das Stadtfest war nicht nur ein Fest der Unterhaltung, sondern auch ein Fest des Miteinanders und der Hilfsbereitschaft.

Events 2025



Winterbewegungslandschaft

Wir Wiederholungstäter Conny, Ina und Nicole hatten uns bereits im Juni 2024 getroffen und beratschlagt, was man für die Kids machen könnte. Nach weiteren Besprechungen stand das Konzept: Eine winterliche Bewegungslandschaft in der vereinseigenen Turnhalle und der städtischen Sporthalle unter dem Motto: *Ninja, der Boden ist Lava!* Was brauchten wir an Material und wo bekommen wir überhaupt eine Malschaukel her? Nachdem das alles geklärt war, ging es darum die Bewegungslandschaften zu planen. Es war dieses Mal bzgl. städtischer Sporthalle eine Herausforderung, da immer wieder neue Gerätschaften auftauchten

oder verschwanden.

Dann war es endlich soweit: Die Malschaukel nebst Zubehör wurde einen Tag zuvor geliefert. Am Abend wurden die Luftballons aufgeblasen und die zwei Landschaften bis in die Nacht aufgebaut. Zum Glück hatten wir Hilfe durch Sven und Wolfgang.



Werner Böge

Tel.: +49 (0)208 620 30 80

Fax: +49 (0)208 620 30 81

Mobil: +49 (0)163 789 15 91

Am Stemmersberg 19

46119 Oberhausen

w.boege@sss-boege.de

Am 08.02.25 ging es endlich um 9:30 Uhr los. Wir waren so gespannt, wie alles bei den Kids ankommen würde. Tim, unser Jugendwart, unterstützte uns. Monika wollte eigentlich nur gucken kommen, half aber dann mit. Leuchtende Kinderaugen entschädigten die ganzen Mühen und die Kids im Alter von einem bis elf Jahren hatten enorm viel Spaß! Um 13:30 Uhr war dann Ende und Abbau. Wolfgang und Tim waren unsere männliche Unterstützung. Rosi hatte in der Zwischenzeit ein zweites Frühstück gemacht, welches wir in vollen Zügen genossen. Wir sagen für die tolle Unterstützung ein herzliches Dankeschön!

Conny, Ina und Nicole



Sachverständigenbüro für
Spiel- und Sportgeräte

www.sss-boege.de



Events 2025

Events 2025



Silvesterlauf 2025

In diesem Jahr fand als letztes Highlight der Walking Gruppe 1 der Silvesterlauf statt. Der Einladung waren auch zahlreiche Freunde des *VfL Bergheide*, der Hardrunners von *Arminia Klosterhardt* und eine Abordnung der AWO gefolgt. Inge Spiller und Rolf Kinter begrüßten die SportlerInnen. So ein großes Echo, wie in diesem Jahr, gab es noch nie.

Während sich die Läufer auf ihren einstündigen Weg machten, baute die Helfertuppe ein umfangreiches Frühstücks- und Kuchenbuffet auf. Außerdem sorgten sie für Glühwein und Punsch. Dies alles war von der Walking Gruppe gespendet worden.

Als alle wieder im Vereinsheim an-

gekommen waren, eröffnete Inge das Buffet. Es gab niemanden, der nicht voll des Lobes war. Lange saßen wir bei Kaffee, Glühwein und Kaltgetränken beisammen, sprachen über das vergangene Jahr und die Zukunft. Alle waren sich einig - das war ein guter Jahresabschluss und 2026 sehen wir uns wieder.





Stundenlauf des VfL Bergheide

Der Turnerbund Osterfeld war am letzten Sonntag des Oktobers 2025 wieder zu Gast bei den Lauffreunden des VfL Bergheide im Volksparkstadion Sterkrade. Pünktlich zur Zeitumstellung veranstaltet der VfL Bergheide seinen traditionellen Stundenlauf. Da darf der Turnerbund Osterfeld trotz regnerischen Wetters mit seinen LäuferInnen nicht fehlen.

Zum Start lockerte das Wetter glücklicherweise auf und die LäuferInnen konnten doch noch ein Paar Sonnen-

strahlen beim Laufen, Walken oder Spazieren während der geschenkten Stunde genießen.

Danke an Sabine Zell und ihrem Team für die Einladung und die leckeren Erfrischungen nach erfolgreich absolvierter Runde. Wir sehen uns im nächsten Jahr gern wieder!

*Wenn aus Tradition
Freundschaft wird.*

Events 2025

Events 2025



Zumba meets Brazuka

Der Turnerbund Osterfeld hat erstmalig am 14.09.2025 eine *Zumba-meets-Brazuca-Party* für Vereinsmitglieder sowie auch Nichtmitglieder in der vereinseigenen Halle angeboten.

Gemeinsam mit dem Zumba- und Brazuca-Trainer Marcus sowie den beiden Zumba-Trainerinnen Crissi und Manu absolvierten über 30 Teilnehmende zwei Stunden lang ein intensives, anstrengendes, aber absolut spaßbringendes Tanzworkout, das kein T-Shirt trocken ließ.

Bei Zumba handelt es sich um ein supereffektives Ausdauertraining mit Aerobic-Elementen und einem Mix aus lateinamerikanischen Tänzen (Salsa,

Merengue, Cumbia und Reggaeton), zum körperformenden Muskelaufbau sowie als kalorienverbrennendes Ganzkörpertraining.

Brazuca dagegen ist eine dynamische Mischung aus Bewegung und Kultur, die Tanz, Kraft-Ausdauertraining und den Herzschlag Brasiliens vereint (Samba, Funk, Afro und Capoeira).

Alles in allem war es ein sehr gelungenes Event, das zu zahlreichem positivem Feedback geführt und auch die Nachfrage nach mehr geweckt hat.

...Fortsetzung folgt...

Manuela

Nach der erfolgreichen, vom positiven Feedback geprägten *Zumba-meets-Brazuca-Party* wurde bereits am 07.12.2025 beim Turnerbund Osterfeld die Fortsetzung des Formats als weihnachtliche Zumba-Party für Vereinsmitglieder sowie auch Nichtmitglieder in der vereinseigenen Halle angeboten und durchgeführt.

Neben einem aktuellen Zumba-Musik-Mix wurde auch zu weihnachtlichen Klassikern und aktuellen Christmas Songs getanzt und geschwitzt.

Gemeinsam forderten die vereinseigenen Zumba-TrainerInnen Marcus, Crissi

und Manu den über 30 Teilnehmenden 1,5 Stunden lang alles ab und sorgten somit für viel Spaß an der Bewegung. Auch diesmal war es wieder ein rundum sehr gelungenes Event, das das vollgepackte Trainingsjahr des Turnerbundes Osterfeld gebührend in Abschluss gebracht hat.

Manuela

Weihnachts-Zumba-Party



Events 2025

**X²ZELLENTER
MIX.**



**GEMACHT
FÜR EURE
PARTY!**

@xquadrat.mix powered by Bitburger Braugruppe



Am 11.11.2025 wurde es im Vereinsheim des Turnerbund Osterfeld 1911 e.V. wieder gemütlich. Kinder, Sportlerinnen und Sportler kamen zusammen, um feierlich ihre Urkunden für das *Deutsche Sportabzeichen* in Empfang zu nehmen.

Die Begrüßung erfolgte durch die SportabzeichenabnehmerInnen des TbdO und den Sportabzeichenbeauftragten des Stadtsportbundes Oberhausen, Friedel Bergermann. Friedel ist zudem der Herr über die sportlichen Zahlen in Oberhausen und berichtete uns, dass wir in diesem Jahr insgesamt 66 Sportabzeichen verleihen dürfen –

ein tolles Ergebnis, das zeigt, wie viel Freude Bewegung und gemeinsames Training machen können! Besonders erfreulich: acht TeilnehmerInnen haben das Sportabzeichen zum ersten Mal abgelegt.

Die 58 weiteren Urkunden gehen an Wiederholungstäter, die sich Jahr für Jahr der Herausforderung stellen und sich selbst beweisen, was sie können.

Ein besonderes Highlight in diesem Jahr: Fünf Familien haben das Familiensportabzeichen erworben. Damit ist der TbdO führend in Oberhausen – ein Erfolg, auf den wir alle stolz sein dürfen.

Hier ein paar weitere Zahlen, Daten und Fakten:

1. Verleihung	8 mal
(davon 4 Kinder, 4 Erwachsene)	
5. Verleihung	3 mal
10. Verleihung	1 mal
15. Verleihung	3 mal
20. Verleihung	1 mal
30. Verleihung	1 mal

Höchste Verleihung im TbdO:

41. Verleihung Rolf K. ??

Das Altersspektrum unserer SportlerInnen war wieder beeindruckend breit gefächert – vom jüngsten Teilnehmer mit gerade einmal 6 Jahren bis hin zum ältesten mit stolzen 84 Jahren.

Damit zeigt sich einmal mehr, dass sportliche Aktivität keine Frage des Alters ist, sondern vor allem von Begeisterung und Gemeinschaft lebt - das Sportabzeichen ist eben für jede(n) was!

Ein herzliches Dankeschön geht an alle PrüferInnen, HelferInnen sowie an alle, die mit Engagement und guter Laune zum Gelingen beigetragen haben.

Wir freuen uns schon jetzt auf die nächste Saison – mit hoffentlich genauso viel Begeisterung, Teamgeist und sportlichem Ehrgeiz!

Nicole, Brigitte, Lothar, Norbert, Dominic, Alex und Dani

Hier geht es zur offiziellen Registrierung deines digitalen Sportabzeichen-Profiles:



DEUTSCHES
SPORTABZEICHEN





Kooperation mit den Kindergärten

Warum sollte es eigentlich Kooperationen mit Kindergärten und Sportvereinen geben?

Natürlich steht hier die Verbindung zwischen den beiden verschiedenen Organisationen im Vordergrund, aber auch die Verschweißung zweier Einrichtungen innerhalb eines Stadtteils. Dann ist da ein "Wir-Gefühl" und die gemeinsame Freude an Bewegung. Die Kinder der KiTa können die Angebote des Vereins nutzen und somit neue Kontakte knüpfen.

Mehrzweckräume, also auch Materialien können im Austausch genutzt werden.

Verein und Kita führen gemeinsam Sportfeste durch – siehe Event Antur-nen. Schnupperangebote des Vereins werden dem Kindergarten regelmäßig

zur Verfügung gestellt. Allgemeine Motorik der Kinder wird unterstützt, gefördert und entwickelt.

Zudem vergrößern Sportvereine ihren Wirkungskreis innerhalb des Stadtteil-managements.

*Dann ist da ein
Wir-Gefühl und die
gemeinsame Freude an
Bewegung.*

Daher freuen wir uns als Turnerbund Osterfeld 1911 e.V. besonders über unsere zwei Kooperationen, zum einen mit der *Entdeckungskiste* auf der Nürnberger Straße, zum anderen mit dem *Bewegungskindergarten Grashüpfer* auf der Kapellenstraße.



Fachbetrieb für
senioren- und
behindertengerechte
Installation

... gut ... besser ...

ANGENENDT^{gmbh}

SANITÄR- & HEIZUNGSTECHNIK

- Moderne Sanitärtechnik
- Zeitgemäße Heizsysteme
- Regenerative Energien
- Kundendienst / Wartungsarbeiten
- Rohrreinigungen

Notdienst unter:
02 08 / 89 01 31

Henselstr. 7
46117 Oberhausen
info@angenendt-gmbh.de

Telefon: (02 08) 89 01 31
Telefax: (02 08) 89 83 68
www.angenendt-gmbh.de



kock elektro

- ⚡ Elektro-Installationen
- ⚡ TV-Empfangsanlagen
- ⚡ EDV-Netzwerke

Hünxer Straße 8 · 46149 Oberhausen · Tel. 0208 600609



Mach mit!



SPIEL-UND
PLAUSCH-RUNDE
IM TURNERBUND
OSTERFELD



WANN **jeden 1. Freitag im Monat**



WO **Vereinsheim des
Turnerbund Osterfeld**

ZEIT **14:30-17:30 oder länger**



Initiator Harald Meyer

Maschenweise *fit*

**Die kreative Strickrunde für alle
Maschenverrückten des TBO**

**NEUE TERMINE: 16.04.2026 - 07.05.2026 - 11.06.2026
ab 18:30 Uhr - Vereinsheim TbdO**

Masche fallen gelassen? Den roten Faden verloren? Unerledigtes liegengelassen? Idee zu einem neuem Projekt, aber du weißt nicht, wie du es angehen sollst?

Gemeinsam können wir den Faden wieder aufnehmen und kreativ in geselliger Runde deine Ideen weiterstricken.

(Häkeln ist auch erlaubt.)

Bitte gib in der Geschäftsstelle Bescheid, ob du kommen möchtest. Spontane Besucher sind ebenfalls herzlich willkommen.

Ich freue mich auf gemütliche Abende im Vereinsheim mit euch - Alina



Mach mit!

Mach mit!



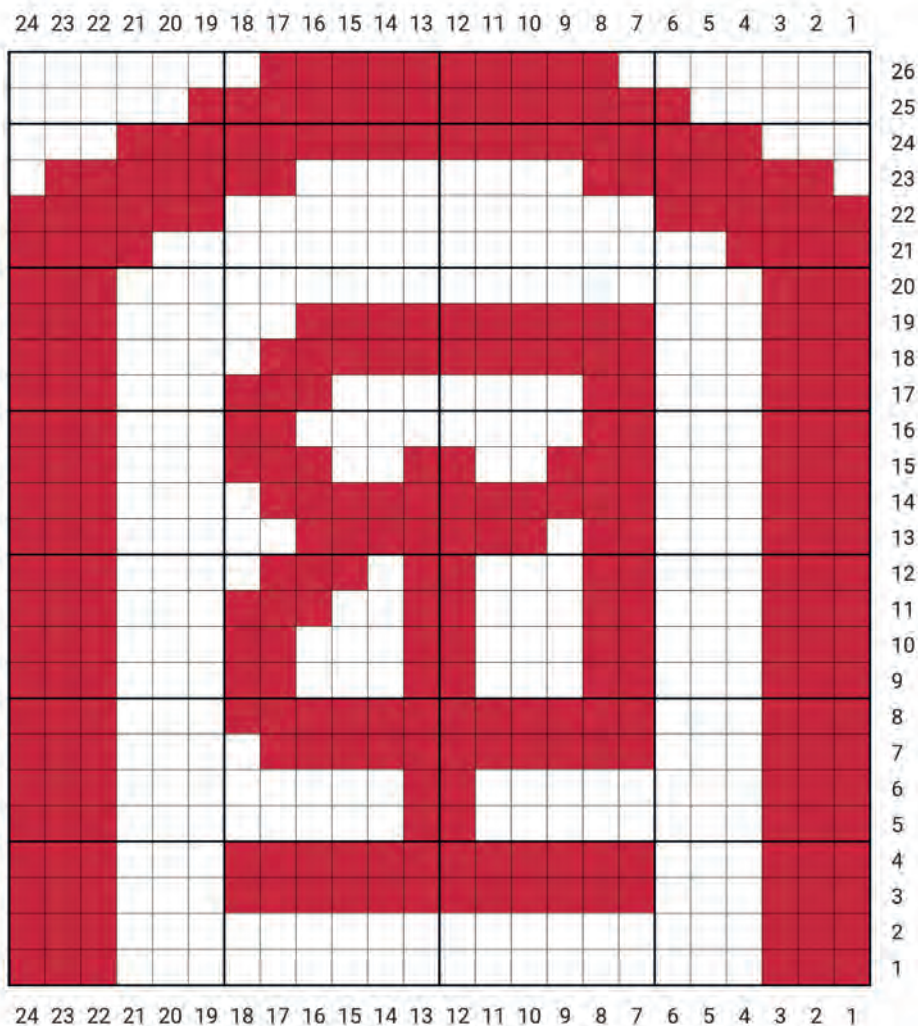
Nichts für faule Socken!

Lade dir die kostenlose Strickanleitung für das Turnerbund-Osterfeld-Sockenpaar über den QR-Code von unserer Webseite herunter.

Eine Größentabelle ist ebenfalls in der Anleitung gegeben, sodass du Socken für die ganze Familie stricken kannst.

Bei Fragen oder wenn du einfach Lust hast, dich über das Thema Stricken oder andere Handarbeiten auszutauschen, komme einfach zu unserer Strickrunde!





Schmücke deine Schals oder Stulpen
mit dem Turnerbund-Osterfeld-Logo.

Wir freuen uns über Fotos von deinen
Projekten!

Mach mit!

Mach mit!



REWE
Dein Markt



Scheine für Vereine

Gemeinsam stark: Ein riesiges Dankeschön für eure gesammelten *Scheine für Vereine*!

Was für ein Erfolg! Auch im Jahr 2025 war der TbdO wieder bei der REWE-Aktion *Scheine für Vereine* am Start – und das Ergebnis kann sich mehr als sehen lassen. Dank eures unermüdlichen Einsatzes beim Einkaufen und fleißigen Scannens konnten wir eine beeindruckende Anzahl an Vereinsscheinen sammeln. Eure Unterstützung sorgte dafür, dass unser Sportangebot noch vielfältiger und moderner wurde.

Durch eure gesammelten Scheine konnten wir tolle neue Ausstattungen für unsere Abteilungen anschaffen:

Für den Court: Neue Tennisbälle für die laufende Wintersaison.

Für die Gesundheit: Hochwertige Sportgeräte speziell für unsere Herzsport-Gruppen sowie Igel-Balance-Bälle für das Training von Gleichgewicht und Wahrnehmung.

Für den Wettkampf: Neue Anzeigetafeln und die hochmodernen ROX Reaktionssysteme, die unser Training auf ein neues Level heben.

Für den Komfort: Einen mobilen Sonnenschutz für unsere Outdoor-Aktivitäten.

Ein herzliches Dankeschön an alle! Es ist großartig zu sehen, was wir als Gemeinschaft bewegen können!

Bei dem *Sparda Leuchtfieber* geht es um eine Aktion der gleichnamigen Institution Sparda Bank.

Und so funktioniert es: In einem bestimmten Zeitraum kann jeder per SMS-Abstimmung kostenlos für seinen Verein abstimmen und somit Spenden zwischen 500 und 6.000 Euro genrieben werden.

Während der Abstimmung fordert ihr durch die Eingabe eurer Mobilnummer einen Abstimm-Code an. Dieser wird euch kostenlos per SMS zugestellt. Ein Abstimm-Code entspricht jeweils einer Stimme und ist für 48 Stunden gültig. Jeder Code besteht aus einer Kombination von acht Buchstaben und Zahlen, Sonderzeichen. Diesen Code gebt ihr auf dem Profil *Turnerbund Osterfeld*

1911 e.V. ein, um für uns abzustimmen. Es kann nur ein Abstimm-Code pro Mobilnummer angefordert werden, ihr habt also genau eine Stimme. Der SMS-Empfang innerhalb Deutschlands ist kostenlos, es entstehen durch die Abstimmung keine Kosten.

Die Mobilnummern dienen ausschließlich der Abstimmung, sie werden nicht für Werbezwecke verwendet. Bis zum Ablauf des Wettbewerbs werden sie verschlüsselt gespeichert und danach vollständig gelöscht.

2025 konnten ganze 2.000,- Euro über 629 Stimmen für die Sanierung des Beachvolleyballfeldes gewonnen werden! Vielen Dank an alle, die mitgemacht haben! 2026 folgt die Fortsetzung...



Mach mit!

Unsere Ressortarbeit

Prävention sexualisierte und interpersonelle Gewalt

Gemeinsam für einen sicheren Sport

Unser Verein ist mehr als nur Training und Wettkampf. Wir sind auch ein Ort des Vertrauens. Um diesen Schutzraum zu gewährleisten, setzen wir auf Prävention und klare Ansprechwege.

Hinschauen statt Wegsehen: Wir sensibilisieren unsere Teams für die Themen interpersonelle und intersexuelle Gewalt.

Klare Strukturen: Wir arbeiten nach festen Verhaltensregeln zum Schutz von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen.

Vertraulichkeit: Jedes Anliegen wird absolut diskret und auf Wunsch **anonym** behandelt.

Ansprechpartner/in sind:

Yldiz erreicht ihr unter:

female@turnerbund-osterfeld.de

Alexander erreicht ihr unter:

male@turnerbund-osterfeld.de

(Anmerkung: Die Begriffe *female* und *male* beziehen sich darauf, ob du mit der weiblichen Ansprechpartnerin oder dem männlichen Ansprechpartner Kontakt aufnehmen möchtest, egal zu welchem Geschlecht du dich zugehörig fühlst.)

Externe Hilfe (24/7):

Hilfetelefon Sexueller Missbrauch:

0800 22 55 530 (kostenfrei & anonym)

Kinderschutzbund Oberhausen

Tel.: 0208 203 528

Nummer gegen Kummer

Tel. (Kinder und Jugendliche): 116 111

Tel. (Elterntelefon): 0800 1110550

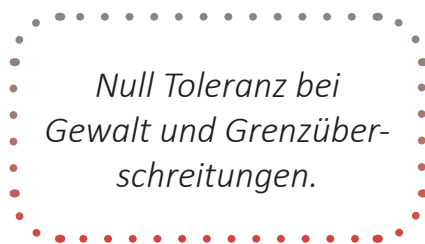
Onlineberatung für Kinder und Jugendliche

Weißer Ring Oberhausen

Tel.: 0151 545 039 80

E-Mail:

oberhausen@mail.weisser-ring.de



Wir bilden uns stetig fort und bewerben uns beim Landessportbund für das **Qualitätsbündnis Sport NRW**:





Schweigen schützt die Falschen!

Wir dulden im Sport keine sexualisierte Gewalt!

Möchtest du unsere Res-
sortarbeit unterstützen?
Dann melde dich gern
bei uns! Wir freuen uns
auf dich!

SPORT BEWEGT NRW!



OPTIK GIEPEN

Tel. 0208-895419 Gildenstr.7 46117 Oberhausen **OSTERFELD**



Theo Giepen



Karin Wöllmann



Michael Maas



Sandra Peters



Irena Lamprecht



Carsten Dechering



Alexandra Jansen



Susanne Jondral

Aktuelle Brillen und Sonnenbrillenkollektion eingetroffen



GENUINE SINCE 1937

GIORGIO ARMANI
EMPORIO ARMANI

P R A D A



HOYA

MICHAEL KORS
PRADA
DOLCE & GABBANA



Der Stadtring von Oberhausen exklusiv bei uns mit 12 Sehenswürdigkeiten



Goldschmiede
CHRIST 

46117 Oberhausen, Kirchstr.7, Tel.: 0208 /895747



Allgemeines Turnen

DATEN & FAKTEN

- Ca. 1031 Mitglieder
- 50 Gruppen mit 44 ÜbungsleiterInnen
- 13 Kindergruppen
- 45 Erwachsenengruppen (inkl. Rehasport und Sport mit Älteren)
- 14 Kurse



- Möglichkeit der Abnahme des deutschen Sportabzeichens und des regelmäßigen Schwimmengehens im Aqua Park Oberhausen

ANSPRECHPARTNER

Ina Seelig

EMAIL:

i.seelig@turnerbund-osterfeld.de



Walking Gruppe I- Inge

Leitung: Inge Spiller

Dienstags, 9:30 Uhr

Treffpunkt: Vereinseigene Turnhalle

Eine gute Tradition soll man nicht unterbrechen. So starteten wir unser neues Jahr 2025 wieder am zweiten Dienstag im Januar mit dem *Grünkohl-essen*. Die Helfergruppe hatte am Montagnachmittag den Grünkohl gekocht und die Mettwürstchen vorgebrüht. So konnte am Dienstagmorgen nach der Walkingrunde das vorbereitete Essen beginnen.

Unsere sporadischen Frühstücke nach dem Walken und die Wanderung sind feste Bestandteile des Jahres.

Die Wanderung führte uns dieses Jahr

zum *Haus Ripshorst*. Vor Ort ließen wir uns die mitgebrachten Leckereien gut schmecken. Nach dem Rückweg ließen wir den Tag im Vereinsheim ausklingen. Beim Anturnen besetzte unsere Gruppe den Wein und Waffelstand. Beim Weinstand gab es noch Luft nach oben,



Nach getaner Arbeit



aber der Waffelverkauf war die Wucht. Bis zum letzten Rest des Teigs wurde alles verbraucht. Den Teigspendern einen herzlichen Dank.

Beim Stadtfest in Osterfeld und dem Stundenlauf des *VfL Bergheide* waren wir stark vertreten.



Weihnachtsbaumschmücken in Osterfeld

Selbst an ihrem Geburtstag lies es Inge sich nicht nehmen, die Gruppe zu leiten (siehe Foto oben rechts).

Trotz des Dauerregens am Freitagabend vor dem ersten Advent schmückten wir den Weihnachtsbaum in Osterfeld am Knappenplatz.

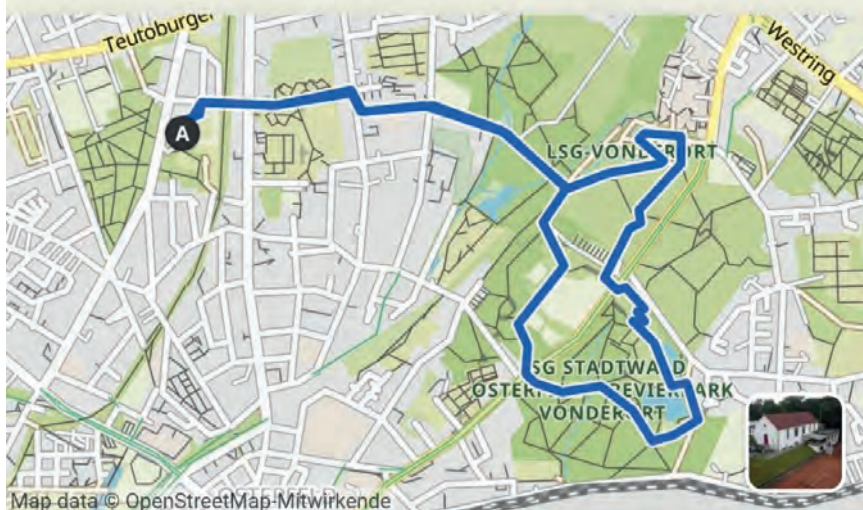
Die Einladung zu unserem Silvester Lauf ist allen Gruppen bekannt gegeben worden. Die Beteiligung daran war unerwartet hoch.

Mehr dazu im Bericht 2026 (S.xx).

Inge Spiller und Norbert Andermahr

Folge Inge und ihrer Gruppe

"Spiller"- Walking-Runde des Turnerbund Osterfeld ...



"Spiller"- Walking-Runde des Turnerbund Osterfeld 1911e.V.



 01:23 ↔ 7,09 km Ø 5,1 km/h ↗ 60 m

↘ 50 m

Über den QR-Code gelangst du zur Navigationsapp Komoot.

Hier kannst du die Runde der Walking Gruppe einsehen und entlangspazieren, -walken oder -joggen.

Oder melde dich bei Inge und laufe in Gemeinschaft.





Ein starker Rücken

Leitung: Anja Windhüs

Mittwochs, 19:30 – 20:30

Mehrzweckraum

Wer kennt es nicht? Viele führen einen Bürojob aus. Die meisten bewegen sich im Alltag viel zu wenig. Fast jeder hatte schon mal Rückenschmerzen, oft mit unbekannter Ursache. Es ist die Volkskrankheit Nummer eins und jeder kennt sie. Um diesen vorzubeugen und präventive Übungen durchzuführen, treffen wir uns jede Woche auf dem Friesenhügel.

Meine Gruppe besteht aus Turnern im Alter von Anfang 40 bis über 80 Jahren. Wir treffen uns einmal wöchentlich für eine Stunde, um den Schultergürtel, die Rumpf- und Rückenmuskulatur zu stärken und zu dehnen. Aber wir sind nicht nur sportlich und ernst, sondern

lachen auch viel miteinander.

Wir starten die Stunde mit einem Warm-Up. Anschließend folgt die Durchführung rückenschonender Gymnastik mit Kleingeräten wie Therabändern, Aerosteps, Brazils, Hanteln oder Redondobällen. Sehr beliebt ist auch das Zirkeltraining mit verschiedenen Übungen unter Einsatz unterschiedlicher Kleingeräte. Den Abschluss bildet ein kurzes Dehn-Programm.

Sobald der Weihnachtsmarkt am *CentrO* eröffnet ist und das Wetter mitspielt, hält uns nichts mehr am Friesenhügel. In einer Trainingsstunde im Advent walken wir zum Weihnachtsmarkt, um dort einen warmen Glühwein oder Eierpunsch zu trinken. Abgerundet wird das Event meist mit leckeren, selbst gebackenen Keksen.

Anja Windhüs



Frauengymnastik Gruppe E

**60 Jahre Frauengymnastik Gruppe E
– eine starke Gemeinschaft feiert Jubiläum**

**Leitung: Olga Salijow
Mittwochs 19:00 Uhr
Sporthalle Osterfelder Heideschule,
Kapellenstr. 14**

Seit nunmehr 60 Jahren besteht unsere Frauengymnastik Gruppe E – eine beeindruckende Zeit, erfüllt von Bewegung, Herzlichkeit und Zusammenhalt. Ich selbst durfte die Gruppe in der schwierigen Coronazeit übernehmen. Obwohl ich zuvor keine Erfahrung als Übungsleiterin hatte, war Sport immer ein Teil meines Lebens. Und rückblickend kann ich nur sagen: Es war ein großes Glück! Denn unsere Gruppe ist wirklich ein Schatz.

Die Damen turnen nicht nur mit Begeisterung gemeinsam – und wir probieren viel aus, vom Tanzen bis zu Yoga-Atemübungen – sie sind auch sozial sehr aktiv.

Gemeinsam organisieren wir Ausflüge, gehen essen, feiern Feste und gratulieren unseren Geburtstagskindern. Ein ganz besonderes Highlight ist unsere Tradition: Jedes Jahr zum 1. Advent schmücken wir eine Tanne im Osterfeld Mitte.

All diese Aktivitäten machen unsere Gruppe zu dem, was sie ist: ein Ort, der Freude schenkt, bewegt und verbindet. Und wir freuen uns über Nachwuchs! Wer nicht nur Sport treiben, sondern auch eine warme Gemeinschaft mit 60-jähriger Geschichte erleben möchte, ist herzlich eingeladen. Wir freuen uns auf neue Gesichter! *Eure Olga*



Drums Alive

Rhythmus, Bewegung und gute Laune

Leitung: Olga Salijow

Montags, 18:15 – 19:15

Vereinseigene Turnhalle

Mit Freude und voller Energie lade ich alle herzlich ein zu meiner Drums-Alive-Stunde — jeden Montag um 18:15 Uhr in unserer vereinseigenen Halle.

Drums Alive verbindet Musik, Trommelschläge und Choreografie: Mit Drumsticks auf dem Gymnastikball schlagen wir zu mitreißenden Beats, kombinieren Bewegungen und Chores und trainieren Körper und Geist zugleich.

Das Ganze macht nicht nur Spaß — es stärkt Ausdauer, Koordination und Balance, schult Rhythmusgefühl und bringt beste Laune.

Dieses Jahr hatte ich Glück: Ich durfte im Rahmen des Programms Sport im Park als Übungsleiterin mitwirken.

Für mich war das ein echtes Highlight und meine erste Erfahrung als Übungsleiterin bei Sport im Park. Umso mehr freut es mich, dass ich in diesem Jahr auch als zweitbeste Trainerin ausgezeichnet wurde — eine große Ehre für mich und unser Team.

Wenn du Lust auf Bewegung, rhythmische Beats und nette Gemeinschaft hast — komm einfach vorbei.

Neue TeilnehmerInnen sind herzlich willkommen!

Wir sind ein gutes Team und freuen uns auf dich.

Eure Olga



Hatha Yoga

Eine Stunde Praxis ist wertvoller als 100 Stunden Theorie

Leitung: Ursula Grevendiek
Montags, 17:30 - 19:00 Uhr
Mehrzweckraum

Diese weisen Worte eines Yogis haben wohl unsere Montags-Yoga-Gruppe überzeugt, denn sie haben erfahren, dass ihnen die Übungen, die Körper und Geist gleichermaßen ansprechen, sehr guttun.

Wenn wir vielleicht gestresst aus dem Alltag auf unsere Matte sinken, und ohne Konkurrenz, ohne Vergleich zu unserem Nachbarn die erklärten Körperhaltungen, Asanas, einnehmen, fühlen wir uns am Ende der Yogastunde geistig ruhiger und körperlich fitter.

Atemübungen und Achtsamkeit, die unser Nervenkostüm entscheidend stabilisieren, haben ebenso einen hohen Stellenwert in unserer Praxis. Manchmal trauen wir uns auch an etwas fortgeschrittene Übungen, was mit viel Spaß begleitet wird.

Namaste - Eure Ursi

*Eine Stunde Praxis ist
 wertvoller als 100 Stunden
 Theorie.*



Yoga Fitness

Leitung: Alina Brühl
Donnerstags, 16:50 – 18:20 Uhr
Mehrzweckraum

So fließend wie in unseren Yoga-Flows zog das Jahr 2025 vorbei. Dabei erfreute sich unser Kurs über neue Gesichter und bekannte Wiedereinsteiger.

Bei unserem sommerlichen Tapas-Abend genossen wir ein selbst zusammengestelltes, vielfältiges Buffet. Auch unsere Weihnachtszusammenkunft im Vereinsheim war gemütlich und voller netter Gespräche.

Während unserer 90-minütigen Yoga-Praxis übten wir dann u.a. energetisierende Sequenzen, die auch gern die Balance und Koordination fördern.

Yoga Fitness ist ein fließender Yogastil, der den Atem mit der Bewegung verbindet. Durch fein gegliederte, kleine

Schritte und stete Wiederholung des Gelernten entwickeln sich einfache bis komplexe Flows (Bewegungsabfolgen). Unser ganzer Körper wird gefordert, gekräftigt und gedehnt. Eine präzise Ausrichtung der Asanas (Haltungen) schont die Gelenke und stärkt die Wirbelsäule.

*Das Leben ist wie
 Yoga - es geht nicht um
 Perfektion sondern um
 Balance. Unbekannt*

Eine Schlusssentspannung rundet die Einheit ab.

Wenn nun dein Interesse geweckt ist, melde dich einfach in der Geschäftsstelle. Ich freue mich auf dich!

Namaste- Eure Alina



Frauengymnastik

Leitung: Brigitte Busch, Gabi Schimelpfennig

Dienstag: Gruppe A: 18.30 h – 19.45 h

Gruppe B: 19.45 h – 21.00 h

Wir sind 17 Frauen, die sich jeden Dienstagabend zur Gymnastik treffen. Nach dem Aufwärmen erfolgt zunächst ein Koordinations- und Gleichgewichtstraining. Bei den anschließenden Gymnastikübungen dehnen und kräftigen wir unsere Muskulatur begleitet von flotter Musik.

Nach dem Sport sitzen wir noch in gemütlicher Plauderrunde zusammen und werden anlässlich von Geburtstagen häufig mit Speis und Trank verwöhnt.

Neben den sportlichen Dienstagen erfreuen sich unsere gemeinsamen Unternehmungen großer Beliebtheit.

Highlights waren in diesem Jahr im Mai zwei Tage Auszeit im *Kolpinghaus in Schermbeck*, zu der wir auch unsere ehemalige Übungsleiterin Helga Müller begrüßen konnten.

Die Anreise erfolgte bei schönstem Wetter mit dem Fahrrad oder mit dem PKW. Die Zeit in Schermbeck verbrachten wir neben Kaffeetrinken, Grillen und Plauderstunden auch mit Ausflügen in die Umgebung, u.a. zur *Femeiche* in Raesfeld.

Ein weiterer Höhepunkt für unsere Gruppe war im Oktober die 4-tägige Flusskreuzfahrt auf dem Rhein von Köln nach Straßburg.



Bei angenehmem Wetter und gutem Essen sowie geselligen Abenden bei Tanz und Musik genossen wir unseren Aufenthalt an Bord. Interessante Ausflüge führten uns nach Heidelberg, ins Elsass, nach Straßburg und Mainz. Wir erfreuten uns am romantischen Mittelrheintal mit seinen Burgen und bekannten Weinorten, bevor der Galaabend das Ende der Reise einläutete und das Schiff am nächsten Morgen wieder in Köln anlegte.

Im Verlaufe des Jahres unternahmen wir darüber hinaus gemeinsam mit der Gruppe von Brigitte Wanderungen in den Frühling und Herbst, trafen uns zum Umtrunk vor den Sommerferien und beschlossen das Jahr mit der stimmungsvollen Weihnachtsfeier.

Annette Hoffmann



Sachverständigenbüro für
Spiel- und Sportgeräte

www.sss-boege.de



High Intensity Intervall Training- HIIT

Intervalltraining und Bauch, Beine, Po

Leitung: Melanie & Jan Andermahr

Freitag: 17:00-18:00 Uhr

Vereinseigene Turnhalle

Wir sind die Fitnessrocker und treffen uns immer freitags am Friesenhügel. Bei flotter Musik powern wir uns von der Woche mit Intervalltraining und Bauch, Beine, Po aus.

Was ist Intervalltraining?

Intervalltraining ist ein effektives Ganzkörpertraining mit dem wir Kraft und Ausdauer trainieren, sowie die Fettverbrennung ankurbeln. Heißt also: Wir tun etwas für unsere Fitness und unseren Muskelaufbau.

Wie funktioniert unser Intervalltraining?

Pulshochtreibende Übungen wechseln sich mit Kräftigungsübungen ab. Während der hochintensiven Phase holt man seinen Körper aus der Komfortzone. Hier kann es schon einmal vorkommen, dass einem die 40 Sekunden (Länge Intervall) seeeeehr lang vorkommen und man an seine Grenzen geht. Während der Erholungsphase normalisiert sich der Puls und man sammelt neue Kraft für das nächste hochintensive Intervall.

Nach dieser anstrengenden Phase geht es auf die Matte und es werden noch einmal verstärkt Bauch, Beine & Po trainiert. Da heißt also nicht, dass auf der Matte schon die Entspannung beginnt ;-).

In der Regel arbeiten wir mit Hanteln,

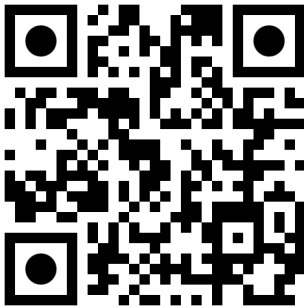
aber es kann auch mal sein, dass wir die Thera-Bänder hervorholen oder - bei wenigen Teilnehmern – uns auf dem Stepper auspowern.

Unsere Gruppe ist ein Angebot sowohl für Frauen, als auch für Männer und im Moment recht voll. Da aber nie alle da sind, könnt ihr euch bei Interesse gerne im Büro melden.

Das Niveau entspricht im Moment Anfängern bis hin zum mittleren Niveau. Und auch das Gesellige kommt nicht zu kurz.

Einmal im Jahr treffen wir uns nach dem Sport zum gemütlichen Beisammensein und näheren Kennenlernen. Beim letzten Mal haben wir uns die mühsam abtrainierten Kalorien mit Pizza direkt wieder aufgeladen. Aber es war ein schöner und lustiger Abend. Bleibt fit und gesund, wir sehen uns beim Turnerbund.

Jan & Melanie



Besuche unsere Webseite!



Alle Termine auf einen Klick!





deepWORK

Leitung: Sandra Moritz

Dienstags, 17:30 – 18:30

Mehrzweckraum

Du suchst ein Training, bei dem du deinen ganzen Körper trainierst, deine Kraft, Ausdauer, Stabilität und Flexibilität verbesserst?

Dann probier doch deepWORK mal aus. Wir sind eine lustige Truppe von deepWORKERN, die sich immer dienstags trifft und gemeinsam sportelt.

DeepWORK ist ein funktionelles Herz-Kreislauf-Training, basierend auf den Prinzipien von Ying und Yang.

Du trainierst ohne zusätzliche Hilfsmittel, barfuß und brauchst nur eine Matte. Schwingen, schwitzen, entspannen. Neugierig? Dann schnupper doch einfach mal unverbindlich rein.

Wir freuen uns auf dich.

Liebe Grüße,
Sandra Moritz



Rehasport

DATEN & FAKTEN

- 6 Herzsportgruppen
- 6 Orthopädiegruppen
- 1 Lungensportgruppe
- 4 ÜL mit Ausbildung in der Inneren Medizin
- 4 ÜL-Orthopädie



- 8 Ärzte und 3 Notfallsanitäter, 1 Intensivkrankenschwester, die in den Gruppen mitarbeiten
- 300 Teilnehmende sind in den verschiedenen Gruppen sportlich aktiv

ANSPRECHPARTNER

Rolf Kinter

GESCHÄFTSTELLE: 0208 89 15 30

MOBIL: 0157 32630905

Aktiv zurück ins Leben: Rehasport beim Turnerbund Osterfeld 1911 e.V.

Gesundheit ist unser höchstes Gut – und beim *TbdO* ist sie in besten Händen. Unser Rehasport-Angebot richtet sich an alle, die nach einer Erkrankung, Operation oder bei chronischen Beschwerden wieder fit für den Alltag werden wollen. Dabei geht es uns um mehr als nur Bewegung: Es geht um Lebensqualität, Kraft und den Austausch in der Gemeinschaft.

Warum Rehasport bei uns?

Unter fachkundiger Anleitung unserer zertifizierten ÜbungsleiterInnen bieten wir speziell abgestimmte Übungseinheiten an.

Wir haben im Rehasport ca. 280 TeilnehmerInnen, bestehend aus:

- 6 Herzsportgruppen;
- 6 Orthopädiegruppen
- 1 Lungensportgruppe

Geführt werden die Gruppen von sieben dafür ausgebildeten ÜbungsleiterInnen und medizinisch begleitet werden sie von sieben Ärzten, einer Intensivkrankenschwester und drei Notfallsanitätern.

Viele stellen sich die Frage:

Ist eine Herzsportgruppe was für mich?

Du bist herzkrank und möchtest dein

Herz gerne mit Sport stärken? Doch du hast Sorge, dein Herz zu überlasten? Dann sind Herzsportgruppen eine gute Möglichkeit für dich. Die ärztlich betreute und durch eine qualifizierte ÜbungsleiterIn geleitete Gruppe von maximal 20 Personen, trifft sich mindestens einmal in der Woche zum Bewegungstraining.

Geführt werden die Gruppen von dafür ausgebildeten ÜbungsleiterInnen, die medizinisch begleitet werden.

Das macht Spaß, kräftigt das Herz und hilft den inneren Schweinehund zu überwinden.

Bei einer Herzgruppe kannst du dich anmelden, wenn bei dir eine der folgenden Herzerkrankungen diagnostiziert oder einer der folgenden Eingriffe durchgeführt wurden:

Koronare Herzerkrankung, Herzinfarkt oder Reinfarkt, angeborene Herzfehler und Herzklappenfehler, Myokarditis, funktionelle Herz-Kreislauf-Störungen, implantierte Schrittmacher oder Defibrillator, Bypassoperationen.

Bei den Herzsportgruppen gibt es Übungsgruppen und eine Trainingsgruppe. Je nach Gesundheit und Fitnessstand, versuchen wir dich in die

richtigen Gruppe zu integrieren.

Unsere Herzsport-Stunde sieht folgendermaßen aus: Zuerst wird der Blutdruck und der Puls gemessen.

Wenn alles in Ordnung ist, kommt die Erwärmung. Beim Warmlaufen werden verschiedene Arm und Beinbewegungen gemacht. Nach der Erwärmung wird nochmals der Puls gemessen.

Jetzt kann man sehen, wie groß der Unterschied zwischen Belastungs- und Ruhepuls ist. Es folgt ein Kraft- oder Ausdauertraining. Meist wird die Stunde mit einem kleinen Spiel beendet.

Oder ist eine Lungensportgruppe was für mich?

In unserer Lungensportgruppe liegt der Schwerpunkt auf der Atmung. Hierbei werden Übungen für die bessere Belüftung der Bronchien durchgeführt.

Wenn du also eine chronische Atemwegs- oder Lungenerkrankung hast, kannst du eine Rehasport-Verordnung in diesem Bereich erwirken. Damit sind z.B. folgende Erkrankungen gemeint: *COPD, Asthma bronchiale, Lungenfibrose, Mukoviszidose, Pulmonale Hypertonie, Bronchiektasen, chronische Bronchitis.*

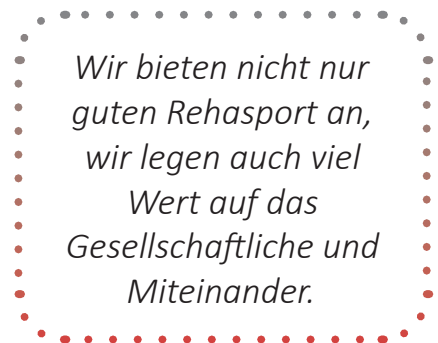
Wann ist eine Orthopädiessportgruppe etwas für mich?

Orthopädischer Rehasport hilft Betroffenen von chronischen Erkrankungen des Stütz- und Bewegungsapparates, muskulären Dysbalancen und Verspan-

nungen, die durch Fehlbelastungen oder Fehlhaltungen verursacht wurden entgegenzuwirken. Auch nach orthopädischen, operativen Eingriffen, kann Rehasport verschrieben werden.

Hierzu zählen u.a.:

Wirbelsäulenerkrankungen und chronische Rückenschmerzen, Bandscheibenvorfälle, Skoliose, Morbus Bechterew, Gelenkerkrankungen sowie Athrosen, Impingement-Syndrom, künstlicher Gelenkersatz (nach OP), Nachbehandlung von Frakturen, Sehnen- oder Bänderrisse, Amputationen, Osteoporose, Rheuma.



Wir bieten nicht nur guten Rehasport an, sondern legen auch viel Wert auf das Gesellschaftliche und Miteinander. Freundschaften entstehen dabei nicht selten.

Dieses Jahr -2026- möchten wir sogar wieder eine Tagesfahrt machen (Vorschläge kamen schon) und vielleicht funktioniert es auch mit einer Wiederholung des Sommerfestes.

Liebe Grüße
Euer Rehateam

CHECKLISTE Rehasport In 5 Schritten zu deiner Verordnung:

1) Arztbesuch: Besprich deine Beschwerden mit deinem Hausarzt oder Orthopäden. Wenn die medizinische Notwendigkeit besteht, stellt er dir eine Verordnung für Rehabilitationssport aus (Antrag Muster 56). Dieser belastet übrigens nicht das Budget des Arztes!

2) Antrag ausfüllen: Auf der Rückseite der Verordnung musst du deine persönlichen Daten eintragen und den Antrag unterschreiben.

3) Genehmigung der Krankenkasse: Reiche die ausgefüllte Verordnung bei deiner Krankenkasse ein (per Post, App oder persönlich in der Geschäftsstelle). Die Kasse prüft den Antrag und stempelt die Kostenübernahme direkt auf dem Formular ab.

4) Kontaktaufnahme mit dem TBdO:

Melde dich bei uns!

Wir schauen gemeinsam, welche unserer Rehasport-Gruppen am besten zu deinen Bedürfnissen und deinem Zeitplan passt.

Ansprechpartner:

Geschäftsstelle: 0208 891530

Rolf Kinter: siehe oben

5) Start der Übungseinheiten: Bring die genehmigte Verordnung zum ersten Training mit. Dann kann es auch schon losgehen! Gemeinsam arbeiten wir an deiner Beweglichkeit und Gesundheit.

Brokamp & Tinnefeld



Versicherungsmakler GmbH

Bürgerstr. 20
47057 Duisburg
Tel: (0203) 359 347
Fax: (0203) 359 348
www.mbt24.de





Sport mit Älteren

DATEN & FAKTEN

Neben den vielen tollen Sport- und Gesundheitsangeboten in unserem Verein, haben wir eine Abteilung, die keine speziellen Turn- oder Leistungsangebote macht. Sie ist gedacht für Menschen jenseits der 60.



Es werden Turnübungen und Spiele in der Gemeinschaft angeboten. Und wir freuen uns, wenn es uns gelingt, dass die TeilnehmerInnen möglichst lange „alltagsfit“ und sozial eingebunden bleiben.

Das Team der ÜbungsleiterInnen möchte diesen Menschen mit einer leistungsfreien Leichtigkeit die Freude an der Bewegung vermitteln.

ANSPRECHPARTNER

Karin Bauer Harden

GESCHÄFTSTELLE: 0208 89 15 30



Gruppe Karin

Aktivitäten in 2025

Angeregt durch einen Beitrag in der *Aktuellen Stunde* im *WDR* haben wir im Februar 25 mit unseren Mitgliedern die abendlich beleuchtete *GRUGA* in Essen besucht.

Für viele unserer noch recht mobilen Senioren war der gut 1,5 Stunden dauernde Rundweg durch die wunderbar bunt illuminierte Parkanlage fantastisch, spannend und sehenswert.

Da es in der Dunkelheit durchaus kühl war, haben wir erfreut die Möglichkeit genutzt uns mit einem kleinen warmen Imbiss oder Getränk aufzuwärmen.

Am Ausgang der *GRUGA* konnten wir uns dann entspannt von unserem Bus zum *Friesenhügel* zurückbringen lassen.

Im September haben wir nach mehrjähriger Abstinenz erneut den nur an einem Wochenende stattfindenden *Matthäus-Handwerkermarkt* in *Zons* besucht.

Dieses kleine Städtchen am linken Ufer des Niederrheins (früher Zollfeste *Zons* genannt) stammt schon aus dem Mittelalter und ist mit seiner Burg und den Stadtmauern so schon ein interessantes Ziel.

Es ist erstaunlich, was sich Handwerker und Alltagskünstler immer wieder Neues und Interessantes einfallen lassen, um uns offene und kaufbereite Besucher zu überraschen und erfreuen. Bei ausgesprochen freundlichem Wetter gab es reichlich Gelegenheit für Ruhepausen mit Süßem und Herzhaften.



Mitte Dezember holten wir uns noch letzte Anregungen bzw. die Einstimmung aufs Weihnachtsfest. Wir fuhren zum Weihnachtsmarkt in Soest. Wir fuhren mittags los, so dass man die Waren an den Ständen im Hellen betrachten konnte und traten die Rückfahrt um 18.00 Uhr an, um die weihnachtliche Beleuchtung noch genießen zu können.

Rund um den Weihnachtsmarkt gab es einige Cafés etc., wo man sich ausruhen und etwas genießen kann.



Folge uns auf Instagram!



Leitung: Monika Schrömgies
Mittwochs, 19:00-20:30
Vereinseigene Turnhalle

Liebe Sportlerinnen 60+,
 wir - die „fitten Mädels“ - treffen uns jeden Mittwoch, um 19.00 Uhr in der kleinen „vereinseigenen Turnhalle“ am *Friesenhügel*, um bis 20.30 Uhr unsere morschen Knochen gängig zu halten und den Körper von oben bis unten mit viel Spaß und Freude zu flotter Musik zu trainieren oder auch mal ganz ruhig und intensiv verschiedene Körperbereiche durchzutrainieren.

Nach unserem Training setzen wir uns noch ein Weilchen zusammen, um uns ein wenig auszutauschen und Spaß zu haben.

Wir feiern unsere feststehenden Tage – wie Karneval, Ostern, Erntedank und Weihnachten und haben viele schöne gemeinsame Stunden mit guter Laune und ganz viel Spaß.

An diesen Tagen werden dann unsere Sinne sowie die Gesichts- und Lachmuskeln trainiert.

Außerdem unternehmen wir privat noch Einiges.

In diesem Jahr haben wir uns die *Eiswelten* am *CentrO* angesehen und sind anschließend zum gemütlichen Essen und Trinken zur *CentrO* – Promenade gegangen.

Zum Ende der Sommerferien haben wir uns zum gemütlichen „Grillen“ am *Friesenhügel* getroffen. Dabei wurden viele leckere Sachen aufgetischt.



Gruppe Monika

Dann haben wir uns noch an der Fahrt zum *Matthäus Markt* in *Zons* mit der Abteilung *SmÄ* beteiligt.

Hier haben wir uns - in kleinen Grüppchen – den *Matthäus Markt* ausführlich angesehen und uns kulinarisch verwöhnt.

*Wir sind alle unterschiedlich und jeder auf seine Weise einzigartig
- und trotzdem sind wir ein tolles Team..*

Wir sind alle unterschiedlich und jeder auf seine Weise einzigartig – und trotzdem sind wir ein tolles Team.
Falls du Interesse hast unser tolles

Team kennenzulernen, kannst du gerne vorbeikommen und dir dein eigenes Bild machen und vielleicht auch Teil unseres Teams werden.

Wir freuen uns auf dich.

Bei Interesse könnt ihr mich gerne kontaktieren unter Mobil: 01573 – 7099650 oder über das Vereinsbüro: 0208 – 891530 melden.

Bleibt fit und fröhlich,
eure *Monika Schrömgies*

OBERHAUSEN CROWD

FÜR DEIN PROJEKT **evo**



SAMMLE GELD FÜR DEIN HERZENSPROJEKT!

Mit der „Oberhausen Crowd“ hilft die evo
unserer Stadt, sich selbst zu helfen.

Die Oberhausen Crowd ist deine Chance, um deine Idee oder dein Projekt
vorzustellen und mit Unterstützung der Menschen unserer Stadt zu finanzieren.

Unter www.oberhausen-crowd.de kannst du spenden, für ein Projekt bei
Facebook, Instagram & Co. werben – oder selber zum Projektstarter werden!

evo

Energieversorgung Oberhausen AG



Badminton

DATEN & FAKTEN

- 1958 gegründete Abteilung
- Mannschafts- als auch Hobysport
- 120 gemeldete Spieler in
- 3 Seniorenmannschaften,
- 6 Jugendmannschaften und



- Spielgemeinschaft mit dem Spvgg. Sterkrade-Nord

Herbstturnier erfreut sich enormer Beliebtheit

ANSPRECHPARTNER

Marc Pauels

EMAIL:

badminton@turnerbund-osterfeld.de



Bericht Badminton

Staffelsieger! Diesen begehrten Titel sicherten sich Julian und Alexander Brunne in der Saison 2024/25. Die beiden Nachwuchsspieler waren als erster und zweiter Herr in einer Spielgemeinschaft mit der *TSV Victoria Mülheim* in der Bezirksklasse U19 angetreten. Es war der mit Abstand größte Erfolg in dieser Saison, an deren Ende ein großer Umbruch stand: Ein Großteil der Spieler aus den Oberliga- und Landesliga-Teams beendete nach der Saison ihre aktive Karriere, so dass in der Saison 2025/26 nur noch vier statt bislang fünf Seniorenteams in Bezirksklasse, Kreisliga, Kreisklasse und Hobbyliga an den Start gingen.

Mit Nils Bölling und Hanna Siepmann sind zudem zwei Osterfelder weiterhin in der Landesliga aktiv und konnten in der Spielgemeinschaft mit der

Spvgg Sterkrade-Nord in der Hinrunde einen Platz im guten Mittelfeld sichern. Hier finden sich auch Ende 2025 auch die Bezirksklassen- und Kreisklassen-Teams des *TBdO* wieder. Und auch das Kreisliga- und das Hobbyliga-Team konnten nach einigen starken, aber oft knapp verlorenen Spielen jeweils zum Ende der Hinrunde die rote Laterne an die Konkurrenz weiterreichen. Nachwuchsstar Johanna Wendt, die im März noch die *TBdO*-Farben bei den *Westdeutschen Meisterschaften U22* vertrat und hier die Einzel-Disziplin gewinnen konnte, sowie im gemischten Doppel einen hervorragenden zweiten Platz belegte, spielt nun für die *STC Blau-Weiß Solingen* in der zweiten Bundesliga. Issra Duwe in seiner Funktion als Haupttrainer befindet sich derzeit in einem einjährigen Auslandssemester.

Dafür konnte Julian Tramitz gewonnen werden, welcher dann auch direkt die erste Mannschaft unterstützt.

Während bei den Senioren also die Zeichen auf etwas mehr Ruhe, bzw. Aufbau stehen, boomt die Badminton-Abteilung im Nachwuchsbereich: Sechs Jugendmannschaften gehen mittlerweile an den Start. Große Hoffnung darf sich nach einer Hinrunde mit weißer Weste nun die U17 machen, Julian und Alex als Titelträger zu „beerben“. Drei vierte, ein zweiter und ein fünfter in den Sechserstaffeln komplettieren das Bild. Man merkt den Nachwuchsspielern, von denen viele in der Saison 2024/25 erstmals im Ligabetrieb antreten waren, an, dass sich zum Spaß am Sport auch eine gehörige Portion Sicherheit am Schläger entwickelt hat. Den Grundstein für diese Entwicklung gelegt zu haben, das darf sich das engagierte Jugendtrainerteam auf die Fahnen schreiben. Die Trainingszeiten wurden erweitert und angepasst, damit gerade das Training öfter genutzt werden kann und die Gruppen nicht zu groß werden.

Abseits des Feldes genießt das Thema „Gemeinschaft“ in der Abteilung Badminton seit jeher einen großen Stellenwert. Nicht umsonst zierten beim jährlich ausgetragenen *Herbstturnier* in der *Gesamtschule Osterfeld* der Songtitel „We Are Family!“ die Urkunden. Das Turnier, das wieder rund 300 Sportle-

rlinnen aus dem Bereich zwischen Köln, Münsterland und Westfalen nach Osterfeld lockte, wurde von vielen Händen unterstützt und mit jeder Menge Herzblut organisiert.

Auch sportlich lief es hier übrigens rund: Insgesamt 14 Osterfelder SpielerInnen schafften es in den verschiedenen Disziplinen auf's Treppchen. Besonders hervorgehoben sei an dieser Stelle der Erfolg von Finn Lemanski. Der erst 13-jährige Jugendspieler sicherte sich im Senioren-D-Feld den silbernen Pokal.

Regelmäßig trifft man sich in der Badmintonabteilung darüber hinaus auch zu außersportlichen Aktivitäten wie etwa bei der Fahrradtour im Juni, ist in großer Zahl beim Anturnen des Gesamtvereins aktiv dabei, und feiert und unterstützt sich gemeinsam an Spieltagen sowie zu besonderen Gelegenheiten wie Weihnachten und Saisonabschluss. Neuankömmlinge sind dabei jederzeit herzlich willkommen. Erwähnenswert ist auch die Ladies Night. Aufgrund der hohen Nachfragen auch außerhalb des TBdO und weil es den bis zu 16 Teilnehmerinnen viel Spaß bereitet, wurde diese bereits viermal durchgeführt. Das ist Frauen Power und wird auch 2026 organisiert und angeboten.

Also gerne einfach mal vorbeikommen, reinschnuppern und auch sehr gerne fest einsteigen als Teil einer geselligen, homogenen und aktiven Gemeinschaft.



flora-point®
Gartencenter



Direkt an der Bottroper Straße
in OB - Osterfeld!

Bei uns findest du alles für ...

Garten - Beet - Balkon

Gehrbergstraße 10 | 46117 Oberhausen

Mo-Fr 9:00-18:00 | Sa 8:30-16:00 | So 10:00-13:00

www.florapoint.de





KI-generiertes Bild

Radball

DATEN & FAKTEN

- Trainingsstätte: Erich-Kästner-Schule



ANSPRECHPARTNER
Ralf Waldmann

EMAIL:
radball@turnerbund-osterfeld.de



GASTSTÄTTE

Haus Koopmann

Wir bieten an:

- Gesellschaftsräume für
ca. 40 – 50 Personen
- Saal für 120 – 150 Personen
- Bürgerliche Küche
- Kalte Buffets in vielen Varianten
- Warme Essen
- Warme Küche von 18.00 – 22.00 Uhr
- Kalte Küche von 18.00 – 23.00 Uhr

Im Ausschank:

König Pilsener
Diebels Ält

Inhaber: Bernd Greve

Kniestraße 27 - 46117 Oberhausen – Telefon 0208/ 89 11 94



Vereinslokal des
MGV „Eintracht 1875“
Oberhausen-Osterfeld



Pickleball

DATEN & FAKTEN

- 90 Mitglieder (Gründ. 2021)
- Ausrichter des ersten Spiel-tages der neu gegründeten Deutschen Pickleball-Liga WEST
- Gründung der ersten Pickleball-Jugendabteilung in NRW
- Trainingsort: Gesamtschule Osterfeld



ANSPRECHPARTNER

Heinz Petry

EMAIL:

heinz.petry@mail.de



Bericht Pickleball

Das vergangene Jahr war geprägt von vielen spannenden Momenten rund um den Pickleball, tollen Erfolgen und der kontinuierlichen Förderung der Pickleball-Community in Oberhausen und Umgebung.

Pickleball ist eine dynamische Mischung aus Tennis, Tischtennis und Badminton und auch für ältere SportlerInnen geeignet.

Westdeutsche Pickleball-Liga

Es wurden für die Westdeutsche Pickleball-Liga Saison 2024/2025 drei Mannschaften gemeldet.

Dabei hat die Pickleball Abteilung am 26.01.2025 und am 22.03.2025 die Ausrichtung des Spieltages in den heimischen Hallen der *Gesamtschule Osterfeld* für die 2. Liga übernommen.

Am 11.05.2025 war der letzte Spieltag der Liga 1, 2 und 3. Auch diesen durften als Heimspiele die *TbdO* Mannschaften in den *GSO*-Hallen ausrichten.

Besonders hervorzuheben ist der Abschluss der 1. Mannschaft in der Liga 1. Sie belegte nach harten Matches den ersten Platz.

Dieser erste Platz führte zur Qualifikation der Teilnahme an den *Deutschen Pickleball Liga-Meisterschaften* in Burgholzhausen. Hier wurde ein hervorragender 2. Platz erreicht.

Die Mannschaften 2 und 3 konnten in ihren Ligen ebenfalls durch gute Matches ihre Positionen halten. So hängen die Trauben für das folgende Ligaspieljahr recht hoch.

Für das Ligaspieljahr 2025/26 wurden vier Mannschaften gemeldet:

1x Liga 1, 1x Liga 2, 2x Liga 3



Die im Februar 2024 gegründete Jugendabteilung, betreut und trainiert von Tobias Grabert, hat auch an Jugendturnieren teilgenommen.

*So hängen die Trauben
für das folgende Liga-
spiel-Jahr recht hoch.*

Hier zahlte sich das intensive Training durch Erfolge und Erreichung von Podiumsplätzen aus.

Die Abteilung ist hoch motiviert und möchte wachsen. Hierzu laden wir gerne alle Jugendlichen zu uns in die *Gesamtschule Osterfeld* zu einem Probetraining ein.

**Folge unserem
Whatsapp-Kanal!**





UWE VESPERMANN

Rechtsanwalt

nachehelicher Unterhalt
Ehevertrag

FAMILIENRECHT

Ehegattenunterhalt

Zugewinnausgleich

Scheidung

Kindesunterhalt

Umgangsrecht

Sorgerecht

Vorsorgungsausgleich

Urlaubsgeld
Überstunden

Abmahnung

Kündigungsschutz

ARBEITSRECHT

Weihnachtsgeld

Änderungskündigung

Lohn/Gehaltsklage

KFZ Recht

Bußgeldsachen

Gewährleistungsanspruch

Führerscheinsachen

Unfallschadenersatz

Verkehrsstrafsachen

Garantieanspruch

Königshardter Straße 156 a 46145 Oberhausen-Königshardt
Telefon : 0208 / 67 55 66 67 55 88 Telefax : 0208 / 67 55 99
info@ravespermann.eu www.ravespermann.eu



Volleyball

DATEN & FAKTEN

- 280 aktive VolleyballerInnen
- 19 Mannschaften
- Altersfreigabe: 6-99 Jahre
- höchste Spielklasse Herren: Oberliga
- höchste Spielklasse Damen: Landesliga
- höchste Spielklasse Hobby: Kreislige A (Regionalkreis Mülheim-Oberhausen)
- höchste Spielklasse Jugend: Oberliga, Westdeutsche Meisterschaften
- 12 Jugendteams (U13 -U20) w/m



ANSPRECHPARTNER

Patrick Syrowiszka

EMAIL:

p.syrowiszka@turnerbund-osterfeld.de



Bericht Volleyball

2025 bei den Volleyballern: Und noch 'ne Schippe drauf!

Wer sich vielleicht an den Beitrag des letzten Jahres erinnert, der konnte durchaus davon ausgehen, dass es im Rahmen der Entwicklung der Abteilung vielleicht auch mal so etwas wie ein „ruhigeres“ Jahr in 2025 bei den Volleyballern gibt.

Denn dem stetigen Wachstum der letzten Jahre an Mitgliedern, Events und Rahmenterminen standen immer mehr organisatorische Grenzen gegenüber, die man nur eingeschränkt beeinflussen konnte. Stichworte sind Hallenkapazitäten und Verfügbarkeit der vielen engagierten Ehrenamtlichen.

Aber wie das im Sport so ist – manchmal entsteht ein „Flow“. Wenn es ei-

gentlich schon richtig gut läuft, dann entwickelt sich eine gewisse positive Eigendynamik.

Die beiden Vorsitzenden Patrick Syrowiszka und Stefan Mölleken konnten diese Dynamik mit Hilfe der immer besser aufeinander eingespielten Ressort-Teams prima steuern, und daher konnte im Jahr 2025 die Abteilung sich sowohl qualitativ als auch quantitativ in vielen Hinsichten nochmals steigern. Nicht nur sind mittlerweile über 300 eigene Mitglieder in der Volleyball-Abteilung aktiv, die ganz überwiegend am regulären Spielbetrieb teilnehmen. Auch ist das Neujahrsturnier 2025 und die beiden wiederholten Hallen-Hobbyturniere mittlerweile überregional bekannt und beliebt.



Zudem war auf der Beach-Anlage in der Saison so richtig was los. Zuzüglich zu der eigenen Nutzung durch die zahlreichen Mitglieder gab es zu dem klassischen *Beach-Kaffee* nicht nur eine erweiterte Turnierserie für (leistungsorientierte) Hobby-Spieler, sondern auch ein Turnier im Leistungsbereich. Ohne Frage war der sensationelle Aufstieg der ersten Herren über die Relegation in die Regionalliga ein wichtiges Zugpferd für viele Dinge in 2025. Zusätzlich spielen die ehemaligen Damen I nun in Spielgemeinschaft mit Voerde in der Verbandsliga, die ehemalige Damen II ist in die Landesliga nachgerückt.

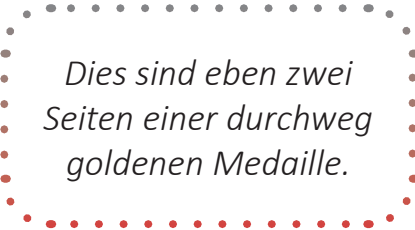
Dieser sportliche Erfolg gemeinsam mit der Größe der Abteilung macht natürlich auch interessanter für Sponso-

ren – gut das in diesem Jahr das lange gewünschte Ressort *Sponsoring* stärker Form angenommen hat und direkt punkten konnte, um im Volleyball-Jargon zu bleiben.

In den letzten Jahren waren es vor allem einzelne Sponsoren, die sich begrenzt eingebracht haben, nunmehr konnten mit der *Deutschen Vermögensberatung*, dem *Pianohaus Keienburg*, der *Swiss Life Select* und *Stauder* Firmen gewonnen werden, die die Abteilung deutlich breiter angelegt unterstützen.

Natürlich ziehen die weiter gewachsene Abteilung, die höheren Spielklassen und die Rekordzahl an internen und externen Events, auch neue Herausforderungen nach sich. Der personelle und organisatorische Aufwand konnte nur

dadurch gestemmt werden, dass auch neue Gesichter zu den Trainer- und Ressort-Teams unterstützend dazu gekommen und dass jeder, ob mit offizieller Funktion oder auch nicht – da sind wir wieder bei der Überschrift – eben „eine Schippe draufgelegt hat“.



*Dies sind eben zwei
Seiten einer durchweg
goldenen Medaille.*

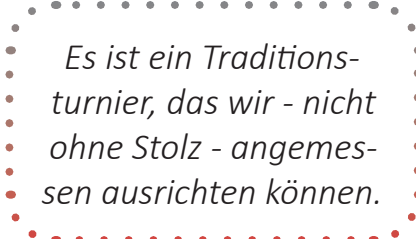
Das TrainerInnen bzw. Aktive mitunter Pflicht-Trainingszeiten, wie etwa (vor) mittags am Wochenende, notgedrungen mangels verfügbarer Hallenzeiten erdulden und es dennoch zahlreiche motivierte Menschen gibt, die freiwillig an einem Sonntag in den Ferien für einen mannschaftsübergreifenden Workshop schwitzen – dies sind eben zwei Seiten einer durchweg goldenen Medaille.

Die Hinrunde 2025/2026 neigt sich seinem Ende zu und die 23 gemeldeten Mannschaften (13 davon im Jugendbereich) werden im Endspurt nochmal alles geben.

Bei den Regionalliga-Herren als auch bei den beiden in die höhere Spielklasse gewechselten Damen-Mannschaften bahnt sich ein Abstiegskampf an. Erst wenn die Zeiten schwieriger werden, erkennt man den Charakter einer

Mannschaft – und insofern haben sich diese Teams nichts vorzuwerfen, sie gehen mit Leidenschaft in jedes Spiel. Erfreulicherweise haben sich die weiterfolgenden zweiten und dritten Mannschaften der Damen und Herren in ihren Ligen weiterentwickelt und sind größtenteils richtig weit oben dabei.

Auch der große Jugendbereich macht Fortschritte und wir hoffen bei der männlichen U18, dass der Achtungserfolg in der Endrunde der *Westdeutschen Meisterschaften 2025* (als mU16) wiederholt werden kann.



*Es ist ein Traditions-
turnier, das wir - nicht
ohne Stolz - angemessen
ausrichten können.*

Die Weihnachtspause wird nur kurz werden, schon steht das Neujahrsturnier 2026 direkt am 03. und 04.01.2026 an.

Wie im letzten Jahr wird sowohl die Halle der *Gesamtschule Osterfeld* (6 Felder) als auch die Halle der *Theodor-Heuss-Realschule* (3 Felder) an beiden Wochenendtagen voll ausgeschöpft werden.

Es ist ein wahres Mammut-Traditionsturnier, dass wir - nicht ohne Stolz – angemessen ausrichten können.



Judo

DATEN & FAKTEN

- ca. 116 Mitglieder
- seit 1960 Abteilung beim Tbd. Osterfeld
- 2x wöchentlich Kinder- und Jugendtraining



- 3x wöchentlich Erwachsenen-training
- 1x wöchentlich Krafttraining

- 1x wöchentlich Hobbygruppe

ANSPRECHPARTNER

Lukas Ehresmann

EMAIL:

judo@turnerbund-osterfeld.de



Bericht Judo

2025 – Ein weiteres Jahr mit vielen Aktivitäten und Erfolgen in der Judo-Abteilung

Wettkämpfe und Turniere

Man kann es mittlerweile Tradition nennen und darauf sind wir als Judo-Abteilung sehr stolz – die Landesmeisterschaft im *ID-Judo* (*ID = intellectual disability*). Am 01.02.2025 fand dieses Turnier wieder einmal in unserer Halle statt und war wie immer ein voller Erfolg. Sportler, Organisatoren und Veranstalter harmonisierten sehr gut und alle sind am Ende des Tages gut gelaunt und zufrieden – die Kämpfer nach sehr guten Leistungen natürlich besonders – nach Hause gefahren.

An dieser Stelle möchten wir uns bei Wolfgang Janko bedanken, der uns seit Jahren mit der Ausrichtung dieses Tur-

nieres betraut.

Am darauffolgenden Tag, den 02.02.2025, sind dann unsere eigenen SportlerInnen ins Wettkampfsjahr gestartet. Bei der Kreismeisterschaft der U11 sind wir mit guten Ergebnissen ins neue Jahr gestartet und Miray, Nilay, Elias L. und Paul konnten direkt Platzierungen jeweils unter den ersten drei erlangen, die für die Teilnahme an der Bezirksmeisterschaft qualifizierten. Diese fand am 16.02.2025 statt und alle haben wieder sehr gute Leistungen gezeigt. Nilay hat sich auch hier eine Platzierung erkämpfen können und stand vollkommen zurecht auf dem Podium. Da in der Altersklasse U11 die Bezirksmeisterschaft die höchste „Meisterschaftsebene“ ist, folgte keine weitere Qualifizierung.



Im März fand das traditionelle *Bor-becker Pokalturnier* statt, an dem wir wieder mit vielen SportlerInnen erfolgreich teilgenommen haben. Hier haben in der U11 Nilay, Nuray und Elias L. Platzierungen erreicht, in der U 18 Silas und bei den Männern Lukas W.

Im April fand dann das zweite *ID-Turnier* bei uns statt. Auch hier standen wieder tolle sportliche Leistungen im Vordergrund und wir freuen uns auf die nächste Ausgabe in 2026.

Im Mai konnten unsere Kämpfer auf einem weiteren Kreisturnier gute Ergebnisse erzielen. In der U11 haben sich nach starken Leistungen Nilay, Nuray, Elias L., Paul und Kerim platziert. Eine Woche später hat Nilay bei dem nächsten Bezirksturnier noch einmal

eine Platzierung erkämpfen können.

Üblicherweise ist die erste Jahreshälfte immer die etwas Aktivere im Judo, sodass das nächste Turnier für unsere Jugend die Stadtmeisterschaft im November war, welche wir in diesem Jahr ausrichten durften.

Die Stadtmeisterschaft bietet immer eine sehr gute Möglichkeit erste Wettkampferfahrungen zu sammeln. Daher freuen wir uns, dass auch in diesem Jahr einige unserer Kämpfer erste Erfolge feiern konnten. Auf der Stadtmeisterschaft haben sich Nilay, Nuray, Anton, Elias L., Paul, Kerim, Theo und Tymofii platziert, was zu einem dritten Platz in der Mannschaftswertung geführt hat.

An dieser Stelle möchten wir noch hervorheben, dass unsere Sportler Silas



und Lukas W. in diesem Jahr wieder im Ligabetrieb als auch international erfolgreich waren.

Silas hat seine ersten Kämpfe in der Bezirksliga der Männer bestritten und auf dem *Friese Masters* in den Niederlanden einen starken 3. Platz erkämpft. Sein Bruder Lukas W. ist ebenfalls beim *Friese Masters* angetreten und konnte den 1. Platz erkämpfen. Lukas W. hat erfolgreich in der NRW-Liga bei den Männern gekämpft und durfte sich am Ende der Saison mit seinen Mannschaftskollegen über den 2. Platz in der Liga freuen.

Außerdem hat Lukas W. den 3. Platz bei der *Westdeutschen Meisterschaft* der Männer erkämpft und sich damit für die *Deutsche Meisterschaft* qualifiziert. Aufgrund bürokratischer Probleme (Umstellung auf den digitalen Judo-pass und dadurch bedingte verspätete

Starterlaubnis) konnte er jedoch nicht starten.

Mit Blick auf die wachsenden Zahlen im Kinder- und Jugendbereich freuen wir uns schon auf das nächste Wettkampjahr.

Trainings und Veranstaltungen

Auch in 2025 haben wieder zahlreiche gemeinsame Trainingseinheiten mit dem *PSV Oberhausen* und dem *Judo-Team Holten* stattgefunden, welche abwechselnd durch die Vereine ausgerichtet und immer gut besucht wurden. In der leider kleiner werdenden „Judo-welt“ sind solche Partnertrainings sehr wichtig für die Förderung der SportlerInnen, damit man immer wieder neue Herausforderungen bewältigen kann. Wir sind froh, dass sich die gemeinsamen Trainings mittlerweile etabliert haben und den jugendlichen Sportlern



so die notwendige Abwechslung geboten werden kann.

Das gemeinschaftliche Highlight des Jahres, das Pfingstzelten, fand auch in diesem Jahr statt. Das Wetter hat dieses Jahr leider nicht mitgespielt, aber wir haben dennoch das Beste daraus gemacht.

Viele Aktivitäten mussten daher im Gemeinschaftszelt stattfinden. Umso intensiver wurden die trockenen, sonnigen Momente im Freien genutzt. Die Stimmung war somit immer gut und auch die „Neueinsteiger“ konnten vom traditionellen Pfingstzelten überzeugt werden. Wir hoffen natürlich, dass uns das Wetter in 2026 für das Durchhalten belohnt und wieder mehr Aktivitäten im Freien stattfinden können. Sicher ist, dass wir uns davon nicht abschrecken lassen und wiederkommen!

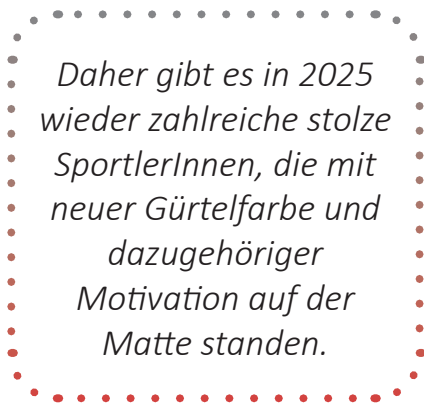
Wie schon im Vorjahr fand auch dieses Jahr im September ein Trainingslager am Friesenhügel statt. An zwei und einem halben Tag wurde zusammen viel Sport gemacht, gelacht und getobt und sich auf folgende Wettkämpfe vorbereitet.

Das Trainingslager dient natürlich nicht nur der sportlichen Weiterentwicklung, sondern fördert auch den Zusammenhalt untereinander. Daher sind wir froh, dass sich unsere Trainer – und auch mancher Elternteil! – die Zeit nehmen und dieses Trainingslager organisieren und durchführen.

Der Eltern-Kind-Kurs war wieder einmal sehr gut besucht und führt jedes Jahr dazu, dass wir „Judonachwuchs“ aus eigenen Reihen bekommen. Der Dank geht hier insbesondere an Mara, Sabrina und Lukas E., die diesen Kurs immer wieder für Kindern und Eltern

toll gestalten und durchführen.

In 2025 fanden natürlich auch wieder Gürtelprüfungen statt. Daher gibt es in diesem Jahr wieder zahlreiche stolze SportlerInnen, die mit neuer Gürtelfarbe und der dazu gehörenden Motivation auf der Matte standen. Insbesondere freuen wir uns darüber, dass wir auch in diesem Jahr wieder Eltern als Neu- bzw. Wiedereinsteiger begrüßen durften, die ebenfalls erfolgreich an Prüfungen teilgenommen haben.



Vereinsleben & besondere Ereignisse

Auf der diesjährigen Abteilungsversammlung wurde Tobias im Amt bestätigt. Außerdem war der digitale Judopass das beherrschende Thema. Ab dem 01.01.2026 ist dieser nun verpflichtend für alle und sorgt damit für einigen Aufwand in den Vereinen.

Wir freuen uns, dass Paul nach seinem Auslandsjahr wieder zurück in der Heimat und dem Judo sport treu geblieben ist.

Hier auch noch einmal der Dank an

Sabrina und Sascha, die nach (Kinder-) Pausen wieder selbst am Training teilnehmen und uns auch als TrainerInnen auf der Matte unterstützen.

Zum Abschluss des Jahres fand unsere Weihnachtsfeier im Dezember statt. Hier wurde in gemütlicher Runde gefeiert, gequatscht und der Nikolaus hat die Kinder beschenkt.

Zusammenfassung

Das Jahr 2025 war wieder ein erfolgreiches Jahr und wir freuen uns als Judo Abteilung über die tollen Leistungen und die Weiterentwicklung unserer SportlerInnen. Es war wieder einmal schön zu sehen, dass im Alter von ca. drei oder vier Jahren bis zu Ü70 Judo aktiv betrieben wird und Judo somit eine Sportart für jedes Alter ist.

Zum Schluss möchten wir uns bei allen bedanken, die Vereinssport möglich machen und am Leben halten.

Vielen Dank an alle Judoka, Eltern, HelferInnen, Vereinsmitglieder und alle, die sich engagieren, auch wenn man es manchmal nicht sieht. Ohne euch alle wäre Sport, so wie er bei uns im TbdO betrieben und gelebt wird, nicht möglich.

Vielen Dank für ein tolles Jahr 2025 und wir freuen uns auf die weitere Zeit mit euch!



Tennis

DATEN & FAKTEN

- 3 Außenplätze / Asche
- Clubhaus mit überdachter Außenterrasse
- Vereinseigene Tennishalle, 3 Plätze / Teppich mit Granulat
- Medenspiel- und Hobbyrundenmannschaften



ANSPRECHPARTNER

Jörg Roemer

EMAIL:

tennis@turnerbund-osterfeld.de

MOBIL:

0177 4109742



Bericht Tennis

2025 war ein stabiles Jahr!

Medenspiele, Hobbyrundenspiele, Hallenturniere, das Ballsportfest mit Badminton und Pickleball und stark frequentierte Trainingsabende waren die sportlichen Highlights der Saison 2025.

Immerhin waren alle unsere Teams stark genug, um Abstiege zu vermeiden, zu einem Aufstieg hat es aber leider nicht gereicht. Es war aber eng.

Einen höheren Stellenwert als der Wettkampf mit anderen Vereinen und Mannschaften hat mittlerweile der Zusammenhalt innerhalb der Abteilung. Alle Vereinsmitglieder bringen sich bei den jährlichen Festivitäten (Karnevalsfeier, Spargelessen, Italienischer Abend, Oktoberfest, Reibekuchenesen) ein.

Diverse Geburtstagsfeiern, Mannschaftsfeiern, unzählige Grillabende und Knobelabende sorgen zusätzlich für beste Stimmung im Clubhaus.

Interessant für euch ist auch der reduzierte Zusatzbeitrag von 5,00 Euro im Monat.

Zudem könnt Ihr auch ganz einfach ein Winter- ABO für die Tennishalle an der Teutoburgerstraße buchen, so bleibt Ihr auch in den Wintermonaten am Ball.

Das sollte eigentlich für Mitglieder anderer Abteilungen Anreiz genug sein, mal zum Tennis zu kommen - nicht nur zum Feiern, sondern um auch mal den Schläger zu schwingen!

Euer Jörg





PHILIPP ARLT

Schornsteinfegermeister
Gebäudeenergieberater (HWK)
Fachkraft für Rauchwarnmelder

📍 Zechenstraße 14a • 46149 Oberhausen

☎ 0176 - 70 53 40 63

✉ schornsteinfeger-philipparlt@web.de

Comming soon...



Anturnen 2026

Christi Himmelfahrt - 14.05.2026



Stadtfest 2026

05.-06.09.2026

Wertvolle Hände, die Gutes tun: Ein Hoch auf unsere Ehrenamtlichen!

In einer Welt, die sich immer schneller dreht, gibt es eine Konstante, die uns immer wieder begeistert und inspiriert: das unermüdliche Engagement unserer ehrenamtlichen HelferInnen. Sie sind das **Herz und die Seele** unseres Vereins und machen einen echten Unterschied in unserer Gemeinschaft.

Jeder Handgriff, jedes Lächeln, jede investierte Stunde – all das trägt dazu bei, dass unser Verein lebendig ist und seine Ziele erreichen kann. Es ist die Leidenschaft und Hingabe, die unsere Ehrenamtlichen antreibt, die uns immer wieder aufs Neue beeindruckt.

Ein **ganz besonderer Dank** geht an dieser Stelle an alle, die sich bei uns engagieren. Ihr seid es, die den Unterschied machen! Es ist wunderbar zu sehen, wie Jung und Alt Hand in Hand zusam-

menarbeiten, voneinander lernen und gemeinsam Großes bewegen.

Ohne euch wäre vieles, was wir auf die Beine stellen, einfach nicht möglich. Euer Einsatz ist unbezahlbar und wir sind unglaublich dankbar für jede Minute, die ihr uns schenkt.

Möchtest du auch Teil unserer tollen Gemeinschaft werden?

Wir sind immer auf der Suche nach neuen engagierten Händen, die uns unterstützen möchten. Egal ob jung oder alt, ob viel oder wenig Zeit – **jede Hilfe ist willkommen!**

Wenn du Lust hast, dich einzubringen, neue Leute kennenzulernen und gemeinsam mit uns etwas zu bewegen, dann melde dich gerne bei uns! Wir freuen uns darauf, dich kennenzulernen und gemeinsam Gutes zu tun!

Kontakt

Turnerbund Osterfeld 1911 e.V.

„Sportanlage an Friesenhügel“

Kapellenstraße 84, 46119 Oberhausen

FON: 0208 23 15 30

FAX: 0208 810 15 920

MAIL:

[vorstand\(at\)turnerbund-osterfeld.de](mailto:vorstand(at)turnerbund-osterfeld.de)

HOMEPAGE:

www.turnerbund-osterfeld.de

ÖFFNUNGSZEITEN:

Mo, Di: 8:30 - 15:00 Uhr

Do: 8:30 - 18:00 Uhr

EHRENVORSITZENDE:

Prof. Dr. Heinz Walter Wild

Egon Spiller

Karl Huestegge

ASSISTENTINNEN DES GESCHÄFTS- FÜHRENDEN VORSTANDS:

Pia Martin & Nicole Kalkhofer



GESCHÄFTSFÜHRENDER VORSTAND:

Vorsitzender Alexander Huestegge

1. stellv. Vorsitzender Rolf Kinter

2. stellv. Vorsitzende Helga Buchta

BEISITZER

Tim Huestegge



Üben, bis sich die Balken biegen.

**Und Schritt für
Schritt
über sich
hinauswachsen.**

Wir unterstützen regionale Sportvereine.
Mehr Informationen über unser
Engagement finden Sie unter
stadtparkasse-oberhausen.de

Wir. Für Sie. Für Oberhausen.



**Stadtparkasse
Oberhausen**

CARDOC

www.cardoc-autoklinik.de

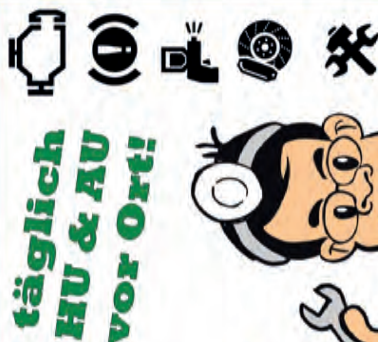
Suchen Sie eine erstklassige Alternative zur Vertragswerkstatt?
Herzlich Willkommen bei Ihrem neuen Werkstattpartner!



- Reparaturen aller KFZ-Typen
- Inspektionen nach Herstellervorgabe
- Karosseriearbeiten
- Lackierungen
- Hauptuntersuchung -Vorbereitung & Vorführung
- Abgasuntersuchung - alle Typen
- Gebrauchtwagenhandel
- Fahrzeugaufbereitung
- Räder und Reifenservice
- ...und vieles mehr

Lillenthal-/ Ecke Heinestr. 55 · 46117 Oberhausen-Osterfeld

Service-Nummer: **(0208) 62 00 20**



**täglich
HU & HU
vor Ort!**

KAROSSERIE - LACK - MECHANIK

...Ihr KFZ-Meisterbetrieb in OB-Osterfeld!