



LAUFEN EXTRA



FUSSBALL EXTRA

1. Fußballonlinemitteilung
Verantwortlich: Sieghard Tinibel Tel. 0209 13 61 81

Gesunder Laufsport für alle in der
Fußballstadt!
Gelsenkirchenmarathon
www.gelsenkirchenmarathon.de

Weltweit immer noch einmalig und nur im Westfalenland!
Fußballer und Leichtathleten in einem Verband - FLWV



**Fußballstadt
Gelsenkirchen**

- Seit 1984 -
Anfänglich für
sportliche und
gesellschaftliche
Mitteilungen in
den Vereinen:
SF Bulmke 67
DJK Borussia
Scholven
DJK Sportfreunde
Rotthausen 1910
DJK TuS 1910
Rotthausen
DJK Adler
Feldmark 1922

**KEINE
MACHE DEN
DROGEN**



**S
P
O
R
T

O
H
N
E

D
O
P
I
N
G**

Fußballextra seit 1984 - Saison 2012/2013 - Laufende Nr. **-012** vom 23. Okt. 2012

++ Sportliche Mitteilungen nicht nur für den Gelsenkirchener Süden ++

Homepages: www.fussballkondition.de www.gelsenkirchenmarathon.de Webmaster, Sieghard Tinibel

Argumente für einen Lauftreff am Tossehof



Sport schützt und stärkt ...
auch die Kinder Deiner Stadt!

**Spielleichtathletik
für Kinder von
5-11 Jahren**

Sportanlage Tossehof

Freitags um 18:00 h

Lauf mit!

Walk mit!

Gelsenkirchener
Lauftreff am Tossehof



*Freizeit mit Sport gestalten
im Jugendzentrum Tossehof*

Sportfreunde Bulmke 1967 e. V.

Tossehof –Sportanlage, Plutostraße Trainingsgelände Bulmker Park



Unsere Überzeugung zur Gründung einer Laufsportabteilung:

- o Sport ist gesund und bis ins hohe Alter zu praktizieren!
- o Spaß gehört zu unserer Vereinsphilosophie!
- o Laufen und Walking mit Nordic-Walking sind Teil unseres Sportangebotes für Laufsportler aller Altersgruppen!

Unsere Trainingsgruppen:

Spielleichtathletik: Kinder (ab 5 – ca. 11 Jahre) werden spielerisch und behutsam an die Sportart Leichtathletik herangeführt werden. Spaß und Bewegungsvielfalt sowie das Knüpfen sozialer Kontakte stehen im Mittelpunkt des gemeinsamen Trainings.

Lauftreff: Sie haben sich vorgenommen, regelmäßig etwas für Ihre Gesundheit zu tun und in geselliger Runde mit Gleichgesinnten Sport zu treiben? Sie sind sogar ambitionierter Hobbyläufer? In beiden Fällen sind sie bei unserem Lauftreff goldrichtig!

Nordic-Walking-Treff: Sie wollen endlich einen Sport betreiben, der Ihren „ganzen“ Körper behutsam an die Bewegung heranführt und Schritt für Schritt Ihre Ausdauer steigert und Ihr Wohlbefinden fördert? Dann kommen Sie zum Nordic-Walking!

DFB-Cooper-Lauf: Sie sind Teamsportler und möchten Ihre Kraftausdauer messen? Dann sind Sie bei uns richtig. Mehr dazu unter: www.fussballkondition.de

Wir wollen in der GEMEINSCHAFT aktiv sein. Es gibt erstens Dich und zweitens mich und die DRITTE SACHE, die uns verbindet.

Diese DRITTE SACHE ist unser Lauftreff im Verein Sportfreunde Bulmke 67 e. V., der Ort an dem für uns GEMEINSCHAFT spürbar wird und wo wir uns wohlfühlen. Ohne Firlefanz und Brimborium.

Darum ist der Lauftreff der Sportfreunde Bulmke für seine Mitglieder der beste Ort, um Freude am Sport zu haben! Sportfreunde Bulmke 67 e. V. nutzen die Tossehof - Sportanlage an der Plutostraße

jeden Freitag zum Training für den Lauftreff.

Treff: 17:00 Uhr

Training der Spielleichtathletik für Kinder (ab 5 -11 Jahre)

Treff: 18:00 Uhr

Training der Laufgruppe mit Walking- und Nordic-Walking für Erwachsene und Jugendliche

Treff: 18:00 Uhr

DFB-Cooper-Lauf - Kraftausdauer-Test für alle Teamsportler wie Fußball- und Handballspieler



Die Rosen-Apotheke fördert den gesundheitsdienlichen Gedanken im Gelsenkirchener Fußball- und Breitensport



Sportfreunde Bulmke 67 e. V.

mit der Gruppe Trimming 130, erweitern die Int. Anlaufpunkte im Sport am Tossehof um eine Lauf- und Walkinggruppe, mit der Zielsetzung den 1. Int. Gelsenkirchener Walkingday des Vereins, für den 1. Mai 2013 vorzubereiten. Lauffrempunkt: Freitags 18:00 Uhr an der Sportanlage Plutostraße.

Aufrechte Sportler - auch Anfänger - Frauen und Männer, Jugendliche und Kinder von 7-70 Jahren sind herzlich willkommen.

Als neuer Trainer dabei ist neben Sieghard Tinibel und Anita Hölscher der Sportkamerad Adnan Kaplan. Die Vorbereitungstraining für den VIVAWEST-Marathon beginnt ab Ende Januar. Bis dahin wollen die Sportfreunde Bulmke

einige der zahlreich im Bulmker Park und Burgerspark trainierenden Laufsportler für die Sache begeistern. Sieghard Tinibel hat es ganz besonders gefreut, dass



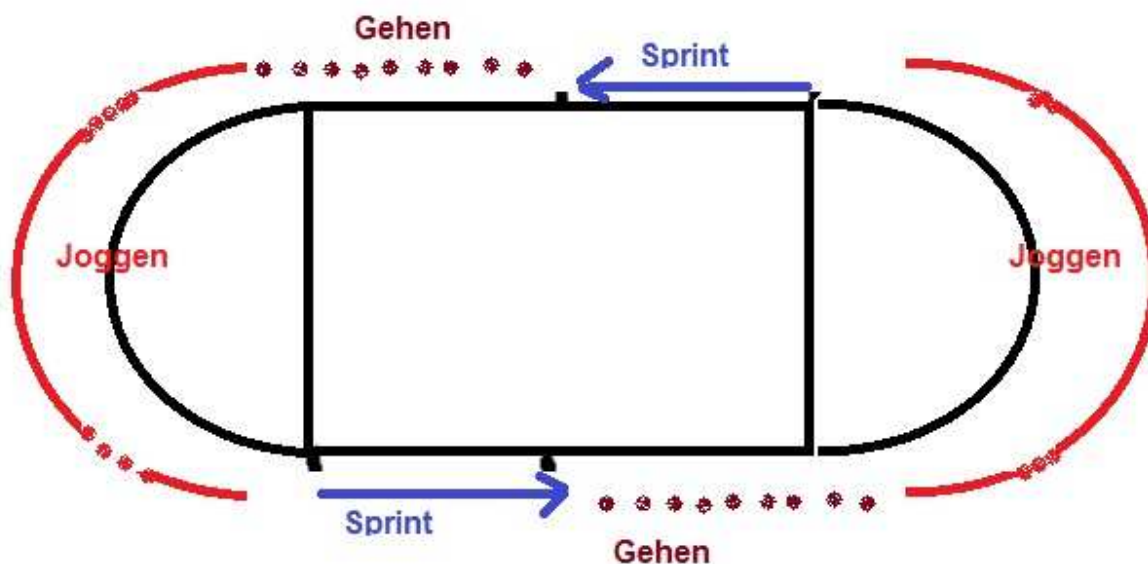
Helma Uhler (5. von links) ihr Interesse bekundete. Zum Einstieg ins Nordic-Walking will die Gruppe sich erst einmal mit den Trainingsgeräten der Rosen-Apotheke vertraut machen, die am kommenden Freitag zum Einsatz kommen. Das folgende Bild ist das Startfoto vom 1. Int. Gelsenkirchener Volkslauf am 11. Mai 1985. Die betreuende Dame am Tisch ist Helma Uhler. Trainer Adnan Kaplan



hat gute Kontakte zu Laufsport Bunert, die er beim Aufbau der „Int. Marathongruppe Tossehof“ in die Waagschale werfen wird. Im Tossehof

leben Menschen aus 12 Europäischen Nationen. SFB - Jugendleiter Ali Kilic ist optimistisch und glaubt für den Walkingday mindestens 80 Kinder auf der Sportanlage am Geschehen teilhaben zu lassen. Alle freuen sich schon auf den 1. Mai 2013, denn auch die Kinder des Tossehofs sind sehr sportbegeistert und zeigen dies auch beim Fußballtraining.

Gemeinsam wird an der Vorbereitung zum Marathon in Kooperation mit der Erler SG gearbeitet, die ihr Trainingsgelände im Resser Wäldchen von der Sportanlage an der Oststraße aus dafür nutzen. Auch die Erler haben einen großen Lauftreff. Weitere Trainingstage für den Marathon der VIVAWEST am 12. Mai sind dann ab 2013 noch mittwochs und wohl auch sonntags. Sportler aller Nationen sind herzlich willkommen, um den internationalen Charakter der Trainingsgruppe und der Veranstaltung im Mai hervorzuheben... denn Sport verbindet bekanntlich alle Menschen! Vom Lauftraining profitieren sollen auch die Fußballer des Vereins.



Intervalltraining für Fußballer - Sportfrd. Bulmke 67 e. V.



Kopflös beim Oldenburg-Marathon unterwegs – Björn Grass auf facebook

Sieghard Tinibel plant neue Premiere!

Hier der Link zur damaligen Premiere

<http://www.gelsenkirchenmarathon.de/dateien/le/Deutschlandpremiere.pdf>

Bekanntlich haben unehrliche Sportler aus den Reihen der DJK TuS Rotthausen das Projekt gegen Doping und Drogen im Sport versucht zu zerstören, indem sie mit aller Kraft und der Mithilfe ihrer Juristischen Personen versucht haben Sieghard Tinibel den Int. Gelsenkirchener Volkslauf abspenstig zu machen. Dabei waren sie sich auch nicht zu schade, den für ihre Interessen bemühten Anwälte Lügen und Falschdarstellungen aufzutischen.

Schon früher haben die Widersacher Sieghard Tinibels in Reihen der DJK TuS Rotthausen (Fußballer ausgenommen) kleine Scharmützel gefahren, um sich besser ins Licht rücken zu können. Das Härteste an der Sache war die „Entmachtung“ Sieghard Tinibels durch die 2006 installierte Jugendlaufsportgruppe und der dann später folgenden Vereinsausgrenzung durch den 1. Vorsitzenden Johannes Mertmann. Das ist ungefähr so zu verstehen, als würde sich die Jugendfußballabteilung eines Vereins nach der Gründung anschicken, die Erste Mannschaft direkt mit zu übernehmen. Die unausgereifte Rechtslage im Verein DJK TuS ließ damals noch so etwas zu und wurde auch tunlichst nicht eher verändert, bis die Steigbügelhalter der Aktion, der Hauptkassierer mit dem 1. Vorsitzenden, dem aufstrebenden und ehrgeizigen aber leider auch sehr auf PR-Möglichkeiten für eine Juristische Person sinnenden Marathonsportler in den Sattel geholfen hatten. Unscheinbare Randfiguren wurden dazu auch noch als Ablenkungsmanöver, als eine dazu nötige Abteilungsführung installiert. Eine faire Entwicklung oder sportliches Wachstum kann man das nicht nennen.

In der Folgezeit konnte man dann erkennen wie der Gelsenkirchener Volkslauf „runtergenudelt“ wurde. Nicht nur, dass die hehren Themen des enthaltenen Projekts außer Acht gelassen wurden. Nein, das war nicht genug des Mülls der bei der Veranstaltung des 23. Gelsenkirchener Volkslaufes von den neuen „Eventmanagern“ produziert wurde. Weil die neuen Manager das für eine qualifizierte Auswertung durch TAF-Timing zurückgelegte Geld in Berlin beim Marathon 2010 „ausgegeben“ hatten und eine neue Einnahmequelle im darauffolgenden Jahr fehlte, musste ja nun ein billigerer Ersatz her. Prompt ging dann auch Wesentliches in die Hose, weil auch der sonst gerne helfende Rest des

Vereins DJK TuS Rotthausen sich weigerte, die unrechtmäßig angeeignete Sportveranstaltung mit aufrecht zu halten. Bei dem unsportlichen Akt der Projektzerstörung wollte kein charakturvoller Sportler aus den DJK TuS Reihen mehr unterstützend mitwirken.

So darf man auf die weiteren Aktionen der „Leichtathleten“ DJK TuS Rotthausens gespannt sein, die ohne qualifizierte Übungsleiter auskommen wollen, weil sie sich das Geld in Form von Trainer-Aufwandsentschädigungen sparen möchten. Am 20. April 2013 kommt die nächste Nummer „Auf der Reihe“ in Rotthausen unter der Bezeichnung 24. Gelsenkirchener Volkslauf wohl zu Stande, denn es wird möglicherweise wieder Niemanden geben, der erkennt, dass es der 2. Rotthausener Lauf ist, denn die abermals durchführenden Personen haben mit dem Gelsenkirchener Volkslauf genauso wenig gemein wie Fische mit Radfahren.

Die Fortführung des Projekts - in Rotthausen ist es ja kein Projekt mehr – gegen Doping und Drogen wird im Rahmen des ursprünglichen Gelsenkirchener Volkslaufs dann wohl erst wieder im Jahre 2015 nach erfolgtem Stadtumbau hingewiesen werden können. Augenscheinlich sind momentan wohl auch die eingebundenen Juristischen Personen nicht mehr gewillt diese Art des Gelsenkirchener Volkslaufs zu unterstützen.

Sieghard Tinibel musste nun erfahren, dass bei allem Aufwand an Fleiß, Ideenreichtum, Ehrgeiz mit viel Zeit und Geld seiner Person eine Würdigung des gesamten Engagements über 30 Jahre in keinsten Weise erfolgte. Nicht einmal Politiker der Stadt Gelsenkirchen, sahen eine Möglichkeit die Projektzerstörung zu unterbinden. Solch ein „Erfolgserlebnis“ macht natürlich auch den blauäugigsten Menschen vorsichtiger.



VIVAWEST

Wohnen, wo das Herz schlägt.

Laufen, wo das Herz schlägt.

VIVAWEST-MARATHON am 12. Mai 2013



Der Sponsor des Neuen Marathons im zentralen Ruhrgebiet

FIFA Referee Helmut Krug

Grußwort zum DFB-Cooper-Lauf 1996

"So falsch war es damals schon nicht und wird es auch nie sein!"

Das Projekt wird seine Gültigkeit und seine Förderungswürdigkeit behalten, meinen auch andere Sportwissenschaftler.



Liebe Sportfreunde,

nichts versetzt den deutschen Sportfan so sehr in Sorge wie die Aussicht, daß Deutschland nicht mehr eine der stärksten Fußballnationen der Welt repräsentieren könnte.

Der Fußball, des Deutschen liebstes Kind. Was ist nicht alles in den letzten Jahren besorgt spekuliert, diskutiert und schließlich von Fachleuten konstatiert und vorgeschlagen worden, um den deutschen Fußball auf höchstem Niveau zu halten.

Haupttenor: unsere Fußballer leben zu sehr von Kraft und Ausdauer, die Technik läßt mehr und mehr zu wünschen übrig, kurzum, es wird überwiegend falsch trainiert. Der Ball müßte wieder vielmehr im Trainingsmittelpunkt stehen. Und nicht zuletzt Berti Vogts wird nicht müde darauf hinzuweisen, daß bereits im Kindes- und Jugendalter viel spielbezogener trainiert werden müsse.

Nun bin ich weit davon entfernt, Berti Vogts und Kollegen gänzlich widersprechen zu wollen. Doch wie so oft sollte man sich hüten, von einem Extrem ins andere zu fallen, sprich weg von der Kraft- und Konditionsbolzerei hin zum alleinigen Techniktraining.

Erinnern wir uns doch einmal an die letzte Fußballweltmeisterschaft in den USA. Wohl selten zuvor traten so viele technische Mängel bei allen Teams, sogar den süd- und mittelamerikanischen, zutage. Sollte etwa auch dort schon zu wenig Techniktraining absolviert werden? Damit ist wohl kaum zu rechnen, gibt es doch dort unzählige der sogenannten „Straßenfußballer“, die ein schier unerschöpfliches Reservoir für die Nationalmannschaft bilden.

Anlaß für die technischen Defizite dürften eher die extremen klimatischen Bedingungen gewesen sein, unter denen in den USA, teilweise in der Mittagshitze, gespielt werden mußte. Schnell waren dort die Spieler mit Kraft, Ausdauer, kurz mit ihrer Kondition, am Ende. Und mit nachlassender Kondition leidet bekanntermaßen auch die Konzentration. Technische Fertigkeiten, die zwar einen hohen koordinativen Anspruch haben, im allgemeinen aber zum Rüstzeug eines guten Fußballers gehören, gelingen plötzlich überhaupt nicht mehr. Der hochdotierte Fußballnationalspieler urplötzlich ein Bild des Jammers mit unerklärlichen „Stockfehlern“. Und das alles nicht, weil sein Techniktraining zuvor nicht ausreichend gewesen wäre, sondern einfach weil seine konditionellen Fähigkeiten zur limitierenden Größe für die spieltechnischen Fertigkeiten wurden.

Sicher, wir spielen nicht in Amerika, aber, Hand aufs Herz, welcher Fußballer hätte nicht schon festgestellt, daß mit Fortdauer des Spiels eigentlich einfache Technikelemente immer schwerer fallen und nicht mehr gelingen.

Es führt kein Weg daran vorbei: auch und gerade für einen Fußballer ist es unerlässlich,

Bundesligaschiedrichter und der Cooper-Test

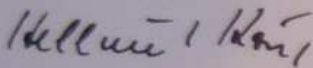
Hellmut Krug, Fifa -Refere'
und Sportlehrer aus Gelsenkirchen

Für einen Fußballer ist es unerlässlich, über entsprechende Konditionsarbeit eine gute Grundlagenausdauer zu entwickeln. Lief ein Fußballer vor ungefähr 15 Jahren noch im Schnitt 5-6 Kilometer pro Spiel, so sind es heute je nach Spielposition bis zu 10 Kilometern. Diese legt er zudem in schnellen Kurzsprints zurück. Er muß sich demzufolge jedesmal schnell erholen, um seine Zweikampfstärke aufrecht zu erhalten. Diese schnelle Erholung ist aber nur gewährleistet, wenn der Spieler über eine gute Grundlagenausdauer verfügt.

Absolut ausagekräftig ist in diesem Zusammenhang der sportwissenschaftlich abgesicherte Cooper-Test: 12 Minuten Dauerlauf, die gelaufene Strecke wird festgehalten. Ein guter Fußballer sollte mindestens 2.800 - 3.000 Meter laufen.

Die Brasilianer wurden bei der Fußball-WM 1970 in Mexiko nicht zuletzt deshalb Weltmeister, weil sie, rechtzeitig im Trainingslager fitgemacht, im Schnitt über 3.400 Meter liefen.

Mit freundlichen Grüßen

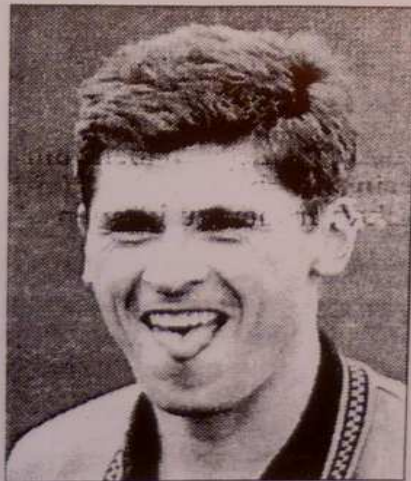


Hellmut Krug

Eine Mitteilung über die Eigensportlichkeit unserer Fußballschiedsrichter fanden wir in der WAZ in folgendem kleinen Artikel:

Schiri Markus Merk ein Ausdauer-Wunder

Als „Ausdauer-Wunder“ hat sich Markus Merk (Bild) entpuppt. Der 34jährige absolvierte bei der DFB-Schiedsrichtertagung den Cooper-Test mit dem besten Wert. Er schaffte in der Laufzeit von zwölf Minuten 3400 Meter. „Das schaffen nicht einmal alle Profispieler“, urteilte der Karlsruher Trainer Winfried Schäfer. dpa



reln

UKW 96,1 • 100,6 • 104,5

radio emscher-lippe

überträgt
den Volkslauf
Live





Das Foto zeigt (v.l.n.r.) Jürgen Hendann (Bezirksvertreter), Karl-Heinz Meinhardt (vom FLW), Dirk Schlitzkus (Vorjahressieger), Manfred Wichmann (Fußballkreisvorsitzender), Dr. Rüdiger Kruse (Vorjahressieger), Hr. Dangelus (Bezirksvorstand Süd), Reiner Görke (Lauffreund Rotthausen) und die Vorjahressiegerinnen Sybille Möllensiep und Anke Guerrini (vorne sitzend).

9. Int. Gelsenkirchener Volkslauf

Ausdauertertest feiert Deutschlandpremiere

GE/ Rotthausen. 1997 jährt sich der Int. Gelsenkirchener Volkslauf zum neunten Mal und hat eine Besonderheit zu bieten, nämlich einen „Konditionsgrundlagenlauf“ für Fußballspieler und -fans, der sich an die Kriterien des Cooper-Tests orientiert. Am Samstag, 31. Mai, 12 Uhr, ist es soweit. Dann gibt's auf der Sportanlage Auf der Reihe in Rotthausen Sport plus Ehrungen, eine Laufnummerntombola, Kinderattraktionen und Live-Musik mit „The Poison Apples“.

Der Tagesverlauf ist wie folgt organisiert. Um 14 Uhr beginnt der Schülerlauf „S'Cools Running“ (1.000 Meter). Bei dieser Schullaufveranstaltung wird allen Schülern, die an diesem Lauf der DJK Sportfreunde Rotthausen teilnehmen, das Startgeld gestellt. Für alle Teilnehmer wird eine Erinnerungs-

medaille geprägt. Die Deutschlandpremiere beginnt um 14.30 Uhr mit dem „Konditionsgrundlagenlauf“ für Fußballspieler und deren Fans. In Anlehnung an die Cooper-Tabelle nach Trainer Sieghard Tinibel, gibt dieser Lauf eine Fitneßorientierung in bezug auf Fußball.

Ein Ball mit Unterschriften

Ein Ball mit den Unterschriften der Nationalmannschaft wurde als Preis für diesen Lauf vom DFB übersandt. Zudem erwartet die Teilnehmer eine neu entwickelte Urkunde. Das Konditionslimit Bundesliga liegt bei 12 bis 13 Minuten.

In einem Grußwort Berti Vogts zur Premiere des Konditionsgrundlagenlaufs heißt es: „(...) was nutzt mir die be-

ste Technik, wenn die konditionellen Voraussetzungen fehlen. Allen Teilnehmern der Veranstaltung in Gelsenkirchen wünsche ich in diesem Sinne viel Freude.“

Westfalenpokal

Um 15 Uhr fällt dann der Startschuß für den Kapteinauflauf (5.000 Meter) um den Westfalen-Pokal für Männer und Frauen. Im Anschluß startet der Maritim-Lauf (10.000 Meter) um den Westfalen-Pokal für Männer und Frauen um 16 Uhr. Es stehen also vier Westfalen-Pokale im Wettbewerb!

Nach den Siegerehrungen wird dann noch gefeiert. Für Volksfeststimmung sorgt die Live-Musikband „The Poison Apples“ und Kinderattraktionen wie ein Astronautensimulator und ein Spielbus gibt es auch.

Wenn nun wieder eine Premiere von Sieghard Tinibel angesteuert wird, so will er etwas vorsichtiger zu Werke gehen und hat schon im Vorfeld den Amerikanischen Internetkonzern Youtube von der Veranstaltung am 1. Januar 2013 im Gesundheitspark-Nienhausen per Fax, über eine neue Art der Auswertung von Volksläufen informiert. Wie nun zuletzt erfahren und so wie es aussieht, ist in Europa eine Rechtssicherheit lange nicht zu erreichen (Sämtliche relevanten Zeitfenster sind dem NRW-Justizminister Kutschaty trotzdem zugänglich gemacht worden, weil sie auch die Ausgrenzung und Zeiten der alleinigen Rechtsverantwortung Sieghard Tinibels im Rahmen der Existenz der Juristischen Person DJK TuS Rotthausen dokumentieren). Das alles muss man als ein Paket sehen und daher ist Vorsicht geboten in bezug auf die Wahrung eventuell entstehender Rechtsansprüche bei der neuartigen Auswertungsart.



ROSEN APOTHEKE

FÜR EIN BLÜHENDES LEBEN

Im Kirchviertel am Heinrich-König-Platz - Gelsenkirchen, Robert-Koch-Straße 2 - Tel. 0209 22104

So kann sich Sieghard Tinibel glücklich schätzen, dass die Gelsenkirchener Rosen-Apotheke am Heinrich-König-Platz, die zwischen ihm und dem Apotheker Matthias Kollmann entstandene Sportkameradschaft aufrecht hält, denn die Premiere wird von der Rosen-Apotheke genauso unterstützt, wie von Sieghard Tinibels neuem Verein DJK Adler Feldmark mit seinem Ehrenmitgliedsverein Sportfreunde Bulmke 67 e. V. . Sollte die Premiere ein Erfolg werden – es kann ja nicht immer alles halbherzig gemeint sein, so wie der DFB die 1. Premiere begleitet hatte – und sollte YouTube den durch Sieghard Tinibel dann erworbenen Imagegewinn erkennen, so glaubt Sieghard Tinibel, dass es dem Sport sehr gut tun würde, denn die neue Art der Dokumentation dürfte viele dankbare Nutzer finden, die vermeiden möchten, dass ihre sensiblen Daten, wie Name, Geburtsjahr, Kontonummer, Adresse im neuen Auswertungssystem nicht mehr gebraucht werden. Man kann auch unter seinem Spitznamen erfasst werden. Die Cooper-Auswertung sieht eh von der Tabelle keine Geburtsdaten vor (siehe auch www.fussballkondition.de) denn auch beim Kraftausdauerstest gibt es keine jungen und alten Fußballer oder Sportler. Alleine die Leistung auf der Sportanlage beim Spiel zählt.

Lasst Euch also alle von der neuen Sache überraschen und seid am 1. 1. 2013 im Gesundheitspark –Nienhausen in der Feldmark mit dabei. Da Sieghard Tinibel die Veranstaltung alleine auswertet und für die Dokumentation sorgen wird, können nicht viel mehr als 100 Startnummern vergeben werden. Zumindest bei dem Personenkreis, die nun auch in der neuen Auswertung anhand einer

Startnummer erscheinen möchten. Um 13:30 Uhr ist am 1. 1. 2013 dann bereits die Startnummernvergabe und um 14:00 startet dann eine Neuerung bei der Auswertung von Laufsportwettbewerben in das Neue Jahr 2013.

Hier ist nun das Anmeldeformular, welches auch bis zum 22. Dezember des laufenden Jahres in der Rosen-Apotheke abgegeben werden kann. Eine Wiederholung der neuen Dokumentation ist auch am Samstag, den 13. April 2013 beim RUN UP in die neue Laufsportsaison im Gesundheitspark-Nienhausen ab 11:00 Uhr geplant. Schade, dass eine weitere Kooperation der Evangelischen Kliniken mit DJK TuS Rotthausen und Sieghard Tinibel durch die Scharmützel der unehrlichen DJK TuS Sportler (Fußballer ausgenommen) mit ihren Juristischen Personen kaputt gemacht wurde. Nach dem Vorbild der Westfalia Herne mit dem Marien Hospital Herne, sollte nämlich auch eine engere Zusammenarbeit der Evangelischen Kliniken, dem Gesundheitspark und mit dem Sportverein DJK TuS Rotthausen, dem Gesundheitspark-Nienhausen und der Gelsenkirchener Rosen-Apotheke nach Tinibels Vorstellungen entstehen. Nun gut, sei´s drum...leider haben die Projektzerstörer auch das am Rande zerstört.



Unter www.Gelsenkirchenmarathon.de kann sich ab sofort für den Neujahrslauf am 1. 1. 2013 eingebracht werden.

Trainieren kann man nun auch dafür mit der neuen Sportgruppe am Tossehof

Sport schützt und stärkt ...
auch die Kinder Deiner Stadt!

**Spielleichtathletik
für Kinder von
5-11 Jahren**

SPFR
BULMKE
1967 e.V.

**Sportanlage
Tossehof**
Freitags um 18:00 h
Lauf mit!
Walk mit!

Gelsenkirchener
Lauftreff am Tossehof

***Freizeit mit Sport gestalten
im Jugendzentrum Tossehof***



Der Schlegel Krug an der Georgs Kirche. Langjährige Heimat der SF Bulmke 67 e. V.

	<p>Gartenbaubetriebe Alfred Verse Hilgenboomstraße Telefon 0209 / 137713 Sponsor der DJK TuS 1910 Rotthausen</p>	
--	---	--

EtuS Bismarck - DJK TuS Rotthausen 0 – 3 (0 – 1)

Verdienter Sieg im Spitzenspiel

Weiterhin dezimiert traten wir am Sonntag beim Tabellenführer EtuS Bismarck an. Neben Adam Targonski musste auch sein Sturmpartner Pierre Thomaszik weiterhin passen. Erst

im Laufe der Woche wurde deutlich, dass auch Dominik Donner noch nicht wieder auflaufen kann.

So stellte unser Trainer, Thomas Kania, das System leicht um und begann mit nur einer Spitze, Patrick Willam, aber drei offensiv ausgerichteten Mittelfeldspielern. Die Anfangsphase gehörte jedoch eindeutig den Gastgebern. Sicher und routiniert lief die Kugel durch die Reihen der Eisenbahner und wir hatten zunächst alle Hände voll zu tun, die Angriffe vom eigenen Tor fernzuhalten. Bei allen Bällen, die trotzdem durch unsere Abwehr gelangten, zeigte sich unser Schnapper, Thorsten Bauer, absolut sicher auf dem Posten. Sein ruhiges, aber trotzdem entschlossenes Auftreten strahlte von Beginn an auf die Abwehr aus und gab ihr große Sicherheit.

Nach 15 Minuten konnten wir uns mehr und mehr befreien und nun auch eigene Angriffe starten. Jetzt zeigte es sich, dass die Bismarcker Abwehr bei schnellen Aktionen ins Wanken gerät und wenn wir vorne eines können, dann ist das „schnell“. So waren die ersten Großchancen der Partie auf unserer Seite zu verzeichnen. In der 23. Minute scheiterte jedoch Patrick Willam noch in letzter Sekunde an einem Gegenspieler. 7 Minuten später war es dann aber soweit. Ein schneller Konter, eine schnelle Kombination zwischen Patrick Willam und Christian Czedzak und unser Kapitän, Christian Czedzak, hatte wenig Mühe, völlig freistehend das Leder zum 0 – 1 einzuschieben. Nun entwickelte sich das Spiel so, wie es auch die restliche Stunde ablaufen sollte. Wütende Angriffe der Bismarcker, die immer wieder mit Einzelaktionen zum Erfolg zu kommen versuchten und schnelle Konter unserer Mannschaft, die sich an diesem Tag auf ihre sichere Abwehr verlassen konnte. Zweikämpfe im Mittelfeld prägten nun auch diese Begegnung, bei denen sich insbesondere Tobias Bahlmann und Jason Mazur auszeichneten. Tobi verletzte sich dabei und musste schon vor der Halbzeit immer wieder die heilenden Hände unseres „Medizinmannes“ Andreas Lübeck in Anspruch nehmen. Mit der knappen Führung ging es dann auch in die Pause. Bei den Pausengesprächen im gemütlichen Vereinsheim der Gastgeber war mit sich vereinsübergreifend einig: Beide Teams verfügen über eine starke Offensive, aber alles deutet darauf hin, dass die Rotthausener Abwehr an diesem Tag einfach besser positioniert ist und dieses Spiel entscheiden wird.

Zur Pause wechselte unsere Mannschaft. Für Erguis Ymeri kam Julien Jeroschewski auf die linke Außenbahn. Ansonsten sahen die Zuschauer zunächst das gleiche Bild, wie in der ersten Hälfte. Deutlich mehr Ballbesitz bei den Hausherren, jedoch auch langsamer und gemächlicher Spielaufbau über viele Stationen, was uns die Gelegenheit gab, mit vielen Spielern immer wieder hinter den Ball zu kommen, während unsere Mannschaft bei eigenem Ballbesitz blitzschnell umschaltete und die entblößte Abwehr der Eisenbahner immer wieder vor große Probleme stellte. Auf der anderen Seite wurde es immer dann gefährlich, wenn der Bismarcker Gerrit Paß zu seinen Sturmläufen ansetzte. Oft konnte er auch von 3 oder 4 Abwehrspielern nicht vom Ball getrennt werden. Ein Glück für uns nur, dass er dann keinen Anspielpartner fand. Auf der Gegenseite blieben wir mit jedem Konter brandgefährlich. Immer wieder ergab sich das gleiche Bild. Einen Pass in die Tiefe konnte Patrick Willam sichern und behaupten. Dann rückten die schnellen David Willam, Christian Czedzak oder Patrick Rosenberg und Julien Jeroschewski nach, der Ball wurde abgelegt, ein

Doppelpass und schon war man aussichtsreich im gegnerischen Strafraum. Eine solche Aktion war es dann auch, die nach tollem Zusammenspiel der genannten Akteure letztlich Christian Czedzak in Schussposition brachte. „Zezze“ ließ Dirk Feldmann im Kasten der Hausherren mit seinem Flachschiß keine Abwehrchance und erhöhte auf 0 – 2. Nun konnte unser Trainer Tobias Bahlmann erlösen. Hatte der Mittelfeldmotor bis dahin erkennbar auf die Zähne gebissen und trotz Verletzung durchgehalten, so brachte unser Trainer nun Christian Schauf für ihn ins defensive Mittelfeld. Christian sollte natürlich der Abwehr beim nun zu erwartenden Sturmangriff der Eisenbahner zusätzlich Halt geben. Dies gelang ihm auch vorzüglich. Wie wir es von unserem Abwehrrecken kennen, warf er sich in die Bälle und gewann eine Vielzahl von Zweikämpfen. Vorne ergaben sich weiterhin großartige Gelegenheiten, die wir jedoch leider zunächst nicht zum Abschluss bringen konnten. In der Schlussviertelstunde zog der Trainer der Hausherren den letzten Joker. Er löste den Libero auf und warf nun alles nach vorne. Sofort reagierte Thomas Kania auf diese Umstellung, mit der er sicherlich schon gerechnet hatte und vollzog den letzten Wechsel. Für David Willam, der auf der rechten Seite eindeutige Punksieger im Vergleich zu seinem Gegenspieler war, kam der defensiv starke Bastian Lübeck in die Begegnung und verstärkte unser Abwehrbollwerk zusätzlich. Den Schlussspunkt unter diese Begegnung setzte dann wieder unsere Offensive. Einen weiteren Konter schloß Patrick Willam erfolgreich ab, nachdem der Ball zuvor über vier Stationen durch den Bismarcker Strafraum gewandert war, bis „Willy“ komplett frei gespielt war und das Leder mit einem Rechtsschiß im Netz versenkte. 0 – 3! Der Rest war auslaufen, wobei die Gastgeber sich nie aufgaben, sondern bis zum Schlusspfeiff alles für eine Ergebnisverbesserung taten, an diesem Tag aber an einer vorzüglich funktionierenden Rotthausener Abwehr um Noel Donner, Kai Demski, Mustafa Yaser und Patrick Rosenberg, sowie dem Schlussmann, Thorsten Bauer, scheiterten. Wenn der Spruch stimmt, dass der Sturm ein Spiel gewinnt, die Abwehr aber eine Meisterschaft, dann dürfen wir Rotthausener durchaus hoffnungsvoll in die weitere Zukunft schauen.

Am kommenden Sonntag erwarten wir am 11. Spieltag den Tabellenachten aus Hüllen. Um 15.00 Uhr gibt das Team von Spfr. 07/12 Gelsenkirchen seine Visitenkarte auf der Reihe ab.

SV Horst 08 II - DJK TuS Rotthausen II 3 - 1 (1 - 0)

Diese Niederlage hatte unser Team nicht verdient

Gegen den Tabellensiebten starteten wir als Außenseiter. Gleichwohl entwickelte sich von Beginn an eine offene Partie, in der wir zunächst die deutlich besseren Torgelegenheiten besaßen. Während unsere Abwehr um Innenverteidiger Beschir Simsek die Gastgeber zumeist deutlich vom eigenen Tor fernhalten konnte, ergaben sich in der Abwehr der Hausherren immer wieder große Lücken, in die Gerrit Hömme oder Emin Isbilen ein ums andere Mal herein stießen. So standen beide Stürmer bereits in der ersten Hälfte der

Begegnung mehrfach alleine vor dem Keeper der Hausherren, ohne letztlich den Ball im Gehäuse unterbringen zu können. Als in der 41. Minute auch Dennis Meußen alleine aufs Tor zugehend am Schlussmann scheiterte, kam es, wie es wohl kommen musste. In der 43. Minute konnte Roberto Camilleri einen strammen Weitschuss der Hausherren nicht festhalten und den Abpraller versengte der Mittelstürmer der Horster eiskalt zum 1 – 0. Mit diesem Ergebnis, welches den Spielverlauf überhaupt nicht widerspiegelte, ging es dann in die Kabinen.

In der zweiten Hälfte nahezu das gleiche Bild. Nur das die Hausherren diesmal eher zuschlugen. In den ersten zehn Minuten der zweiten Spielhälfte stocherte der Mittelstürmer der 08er gleich zweimal den Ball über die Linie, während wir in der verbleibenden Zeit uns weiterhin als Meister im Auslassen selbst hochkarätiger Torchancen präsentierten. So reichte es mit dem Anschlusstreffer von Tobi Klein nur noch zur Ergebniskosmetik. Am kommenden Sonntag erwarten wir auf der heimischen Sportanlage „Auf der Reihe“ die Mannschaft von SSV Buer II. Anstoß ist dann um 13.15 Uhr.

EtuS Bismarck II - DJK TuS Rotthausen III: 2 – 2 (1 – 1)

Überraschender Punktgewinn beim Tabellenfünften

Personell sah es bei uns am Sonntag wieder etwas besser aus. Marvin Horn und Ugur Can kamen wieder dazu und auch Neuzugang Harry Lukowski war erstmals spielberechtigt. Die Gastgeber erspielten sich trotzdem zunächst eine spielerische Überlegenheit. Sie scheiterten aber immer wieder an unserem glänzend aufgelegten Schlussmann Marcel Minhorst, der selbst beste Gelegenheiten der Hausherren zunichtemachte. Auf der anderen Seite machte es Stefan Pothmann besser. Der Rotthausener Goalgetter brachte unser Team mit 0 – 1 in Front. Noch vor der Pause konnten die starken Hausherren jedoch ausgleichen. So ging es mit dem Remis in die Pause. In der zweiten Hälfte entwickelte sich eine offene Begegnung, bei der die Hausherren zunächst mit 2 – 1 in Front gingen. Nach einem Ballverlust der Eisenbahner im Mittelfeld war die gesamte Mannschaft in der 77. Spielminute in der Vorwärtsbewegung und Pierre Kipp fand mit einem langen Ball in die entblößte Abwehr hinein Marvin Horn in der Sturmspitze, der alleine aufs Tor zuging und dem Keeper der Hausherren keine Abwehrchance ließ. 2 – 2! So sollte es auch bis zum Ende bleiben. Ein deutlicher Aufwärtstrend lässt sich bei unserer Mannschaft feststellen, der hoffentlich auch am kommenden Sonntag, wenn wir um 13.15 Uhr den Gast von Spfr. 07/12 Gelsenkirchen II auf unserer heimischen Reihe erwarten, anhält.



**Gesundheitspark
Nienhausen**

Anfahrtsadresse fürs Navi:

**Revierpark Nienhausen,
45883 Gelsenkirchen, Feldmarkstraße 201**

Laufen - Walken - Nordic-Walken am Neujahrstag!

Anmeldung für den 1. 1. 2013 zum 3. Gelsenkirchener Neujahrslauf im
Gesundheitspark Nienhausen

Ein Startgeld wird nicht erhoben. Strecke: Wahlweise 3,6 km oder 7,2 km –
Treffen Sie Ihre Entscheidung während des Laufs je nach Tagesform oder
herrschender Witterung.

Eröffnung: 13:30 Uhr **Startnummernausgabe nur für vorangemeldete
Sportler**

Start: 14:00 Uhr Aller Teilnehmer vom Startpunkt am Minigolfplatz
Nienhausen

Durchführender Verein ist **Sportfreunde Bulmke 1967 e. V.**



Gastgebender Verein ist **DJK Adler Feldmark**



Nach dem Lauf findet ab ca. 14:30 Uhr eine Neujahrsbegrüßung mit einem
Neujahrs- Imbiss und kalten/warmen Getränken sowie einer kleinen Tombola
im Jugendraum des DJK Adler-Feldmarkstadions an der Fürstinnenstraße,
45883 Gelsenkirchen statt.

Es kann auch ohne Anmeldung mitgelaufen werden. Ein Startgeld wird in
keinem Fall erhoben. Nur vorangemeldete Leute laufen mit Startnummer, die
um 13:30 Uhr am Start ausgegeben wird.

**Achtung: Von allen Teilnehmern wird ein Start/Ziel-Video im Rahmen eines
kleinen Films 1- 2 Tage nach dem Lauf** auf Sieghard Tinibels Youtube Kanal
unter www.youtube.com/fussballEXTRA

ins Netz gestellt. In dem Video sind die Teilnehmer mit der eingeblendeten Zeit
zu sehen. Dies gilt als eine neue Art zur Beurkundung der erreichten Zeit. Es
wird auch ein Urkundenformular mit den Kriterien des DFB-Cooper-Laufs unter
www.Gelsenkirchenmarathon.de ins Netz gestellt. Ein Screenshot vom Video
mit der erreichten Zeit kann dann von den Teilnehmern am heimischen PC
eingefügt werden. **Eine Altersklasseneinteilung ist nicht vorgesehen**

Senden Sie das tabellarische Formular mit dem eingetragenen Namen (Auch
mehrere Namen) per E-Mail als Anhang an
anmeldung@gelsenkirchenmarathon.de oder auch per Fax an 0209 1778986,
wenn Sie eine Startnummer zur besseren Wiedererkennung im Video tragen
möchten (Bitte auf der Brust mit den ausgehändigten Sicherheitsnadeln
anbringen). Die gesamte Veranstaltung wird gefördert von der Rosen-Apotheke
im Kirchviertel der Stadt am Heinrich-König-Platz und dem ehrenamtlichen
Engagement der Sportführungskräfte aus den Vereinen DJK Adler Feldmark und
SF Bulmke dem Verein am Tossehof.

NEU – Videodokumentation der erreichten Leistung über 3,6 km (Cooper Test) oder auch über 7,2 km – NEU

Diesen Abschnitt mit Ihrem oder mehreren Namen einsenden. Die Startnummer wird vom Veranstalter eingetragen. **Einsendeschluss ist der 24.12.2012. Danach kann am Lauf nur noch ohne Startnummer teilgenommen werden** Eine Alters- oder Adressenangabe ist nicht erforderlich. Die Teilnehmerliste wird ständig aktualisiert und unter www.gelsenkirchenmarathon.de ins Netz gestellt.

Startnummer	M	W	Vorname	Name

Anmeldung zum Neujahrslauf

Senden Sie das Formular mit den eingetragenen Namen per E-Mail als Anhang an anmeldung@gelsenkirchenmarathon.de oder auch per Fax an 0209 1778986, wenn Sie eine Startnummer zur besseren Wiedererkennung im Video tragen möchten (Bitte vorn auf der Brust mit den ausgehändigten Sicherheitsnadeln anbringen). Diese Veranstaltung wird gefördert von der Rosen-Apotheke im Kirchviertel der Stadt am Heinrich-König-Platz. Dort nimmt man Ihre Anmeldung auch bis zum 22.12. d. J. in der Apotheke entgegen.



zum Bericht des Sportwissenschaftlers Hermann Stefes der auch den DFB-COOPER-Lauf in seiner jetzigen Ausführung als Sportwissenschaftler befürwortet.

Mehr zum Marathon am 12. Mai 2013 im zentralen Ruhrgebiet unter www.vivawest-Marathon.de



Marathon 2007 durch Bulmkes Florastraße – die Kenianer mit Kameradin Karin
www.gelsenkirchenmarathon.de www.ruhrpottmarathon.de www.ruhrstadtmarathon.de

Das neue Logo des Gelsenkirchener Walkingday 2013



GELSENKIRCHEN MARATHON



Die Original Laufveranstaltung mit dem Halbmarathon durch Parks und City der Fußballstadt Gelsenkirchen. Mit dem DFB-Cooper-Lauf über 3.600 m und dem Gelsenkirchener Mini-Marathon über 42.195 cm für Kinder im Vorschulalter. Schülerläufe über 1,2 km und 2,4 km.



1. Int. Gelsenkirchener Volkslauf am 11. Mai 1985

1. Int. Gelsenkirchener Walkingday am 01. Mai 2013



www.Alkoholfrei-Sport-geniessen.de www.kmdd.de

Laufen für Frauen, ein Segen oder eine Gefahr? Klick auf das Logo des Netzwerks Frauengesundheit von Frau Prof. Dr. Ingrid Gerhard



www.gelsenkirchenmarathon.de Im Jahr 2013

Veranstaltungen die auf der Basis der DFB-Cooper-Strecke durchgeführt werden sind nunmehr in Gelsenkirchen: der Gelsenkirchener Neujahrslauf, das Gelsenkirchener RUN UP und der Int. Gelsenkirchener Walkingday. Alle drei Veranstaltungen sind von Herrn Wichmann und Frau Doris Achtmann dem DLV zur Durchführung am 01. 01. 2013 (14:00 Uhr Nienhausen), am 13.04. 2013 (11:00 Uhr Nienhausen) und am 01.05.2013 (14:00 Uhr Sportanlage-Tossehof) gemeldet und können ab sofort beworben werden. Im Rahmen dieser drei Sportveranstaltungen besteht für Laufsportler die Möglichkeit ihre Kraftausdauer zu messen und mit den Werten eines Bundesligafußballers zu vergleichen. Mehr dazu mit Streckenkarten unter den folgenden Links:



1. Jan. 2013 - Start 14:00 Uhr - 3. Gelsenkirchener Neujahrslauf im Gesundheitspark Nienhausen [Streckenkarte](#) Anschließend die Neujahrsbegrüßung im DJK Adler Vereinsheim Feldmarkstadion an der Fürstinnenstraße.



13. April 2013 - Start 11:00 h - RUN UP 2013 - Laufsaisonöffnung im Gesundheitspark Nienhausen [Streckenkarte](#)



1. Mai 2013 - Start 14:00 Uhr - 1. Int. Gelsenkirchener Walkingday 2013 - Tossehof - Bulmker Park – Burgers Park [Streckenkarte](#)



Am 1. Mai findet auch der beliebte "Bambinimarathon" über 42.195 km am Tossehof statt. Der Mottolauf „Schütz die Kinder Deiner Stadt" wurde von Frau Ina Wölk unter Sieghard Tinibels Beratung im Frühjahr und Sommer 2006 zur Veranstaltungsreife gebracht und im September des gleichen Jahres erstmals durchgeführt. Bundesweit können alle Sportvereine eine ähnliche Veranstaltung unter diesem Motto zu allen denkbaren Zeitpunkten durchführen.

Die integrierte DFB-Cooper-Strecke kann bei allen 3 Veranstaltungen auch im Jogging-Stil oder forciertem Tempo durchlaufen werden. Auf diese Art kann man sich mit der Kraftausdauer eines Fußballbundesligaspielers messen ([klick die Tabelle dazu](#)).

Spfr. Bulmke 67. E. V., der Gründungsverein des Int. Gelsenkirchener Volkslaufs wird in die Aktivitäten um den Gelsenkirchener Gesundheitspark Nienhausen mit einbezogen. Alle Läufe auf der Basis des DFB-Cooper-Lauf im kommenden Jahr sind von Sieghard Tinibel und dem 1. Vorsitzenden Horst Launert durch Sportfreunde Bulmke gemeldet worden.

Am 1. 1. 2013 geht die Cooper-Serie ganz locker an.



Alle Veranstaltungen zählen zu dem Projekt: "DFB-Cooper-Lauf gegen Doping und Drogen im Sport, gegen Gewalt und Diskriminierung"



Ein Bündnis für den Breitensport gegen Doping und Drogen im Sport und am Rande des Sports. Von links: Herr Matthias Kollmann neben Sieghard Tinibel und dem Veranstalter des Neurolaufs, Herrn Dr. Busch von den Ev. Kliniken Gelsenkirchen, Herr Oberbürgermeister Frank Baranowski (SPD) mit Herrn Franz Dümenil und der Kulturwirtin des Gesundheitsparks Nienhausen Frau Julia Trippler, Herr Wilhelm Tax von der GW - der Genossenschaft für Wohnungsbau mit Herrn Michael Skibbe Fußballlehrer der 1. Bundesliga, u. a. zu diesem Thema des Int. Gelsenkirchener Volkslaufs der 1985 gegründet wurde. Natürlich stehen auch die Damen und Herren der Gelsenkirchener Sportlehrerschaft wie Herr Jürgen Todeskino von der Gesamtschule Horst mit dem Kulturdezernenten und Sportbeauftragten der Stadt Gelsenkirchen Herrn Dr. Manfred Beck hinter diesem Thema, das in diesem Jahr leider nicht mehr verfolgt werden kann. Bekanntlich haben Ungeduld und nicht genau definierbare Begehrlichkeiten, verschiedener natürlicher und rechtlicher Personen, zu einem Diebstahl der Veranstaltung mit parallelem Vereinsabschluss des kritischen Fußball- und Breitensporttrainers Sieghard Tinibel dazu geführt. Da es keine andere rechtliche Möglichkeit gibt sich der Geschehnisse zu erwehren, wird an dieser Stelle darauf hingewiesen, um das gefährdete Projekt mit mehr Unterstützung bald im Sinne der eingebundenen Kampagne KMDD und der neuerlichen Kampagne "alkoholfrei Sport genießen" des Deutschen Olympischen Sportbundes weiter zu führen. Den Personen die sich ungerechtfertigter Weise an der Veranstaltung vergreifen haben, sei aufgrund Ihrer Unkenntnis der Dinge und aufgrund der Tatsache, dass sich eine ehrenamtlich geführte Rechtsperson nicht in dem erforderlichen Maße orientieren und einbringen kann verziehen.



"Drogen gehören in die Hände von Ärzten und Apothekern und nicht in die Taschen von Jugendlichen und Erwachsenen. Dopingmittel haben im Sport keinen Platz!"
"Alkoholfrei Sport genießen!" Lautet die Devise des Deutschen Olympischen Sportbundes nicht nur im Olympiajahr London 2012.



Gartenbaubetriebe
Alfred Verse
 Hilgenboomstraße
 Telefon 0209 / 137713
Sponsor der
DJK TuS 1910
Rotthausen



Start beim ersten RUN UP im Gesundheitspark. Ein ganz neu entwickeltes System zur Zeiterfassung und Dokumentation hat Sieghard Tinibel entwickelt. Es soll dafür Sorge tragen, dass sich viele Fußballer und Laufsportler damit anfreunden... denn es ist einfach und gut ... und kostet die Teilnehmer keinen Pfennig an Startgebühr. So wird es sein bei allen drei Veranstaltungen. Am 1. 1. 2013 und am 13. 4. 2013 im Gesundheitspark sowie am 1. Mai beim 1. Gelsenkirchener Walkingday im Bulmker Park und Burgers Park.

FLE-Video „Sieghards Fußballbuch“ überarbeitet



VIVAWEST

Wohnen, wo das Herz schlägt.

Laufen, wo das Herz schlägt.

VIVAWEST-MARATHON am 12. Mai 2013



Link zum Video <http://www.youtube.com/watch?v=mbTqglVupII>





VIVAWEST
Wohnen, wo das Herz schlägt.

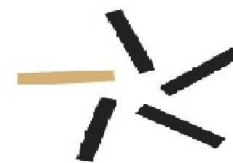


Rückblick - Gelsenkirchen am 18. Mai 2008

So war es damals - Es kommt der neue Ruhrgebietsmarathon am 12. Mai 2013

VIVAWEST
Wohnen, wo das Herz schlägt.
Laufen, wo das Herz schlägt.

VIVAWEST-MARATHON am 12. Mai 2013



VIVAWEST MARATHON

www.VIVAWEST-Marathon.de

Das Vorbereitungstraining zum Marathon findet 12 Wochen vor dem Marathonstart statt. Ab dem 1. Februar 2013 in den Vereinen

ERLER- Mehr Infos unter www.esg-lauftreff.de
Sportgemeinschaft e.V.

Erlar SG, Sportanlage Oststraße
dienstags, donnerstags und sonntags

Lauf mit!
Walk mit!
Gelsenkirchener Lauftreff am Tassehof

SF Bulmke, Sportplatz Plutostraße
freitags und sonntags

Gefördert durch:

www.lauflust.de
LAUFLUST
gelsenkirchen · borken · bochum
Pastor Franke Straße 9 · 45894 Ge-Buer
Telefon 0209/3 23 29 · Fax 0209/3 23 54

RUNNERS POINT
ÜBER 1.500 RUNNING PRODUKTE

Streifzug durch die Bundesligaberichte im Netz

Bayern München mit Startrekord: wo bleibt der erste Stolperstein?

In München herrscht nach dem achten Liga-Sieg in Folge eitel Sonnenschein. Außerdem: Frankfurt im Land der Träume, Lüdenscheider Vorfreude auf die Wochenmitte und große Sorgen in Gladbach und Wolfsburg

Der FC Bayern eilt in der Bundesliga allen davon. Claudio Catuogno (SZ) überbringt der Konkurrenz keine guten Nachrichten: „Auch die Bayern werden mal wieder ein Spiel verlieren. Aber daß sich ihre Fußballkunst im Spätsommer 2012 auf deutlich mehr Substanz gründet als im Vorjahr, das beweist schon ein Blick auf die prominent besetzte Ersatzbank. Daß eine singuläre Verletzung das ganze Gebäude zum Einsturz bringen könnte wie im vergangenen Jahr Bastian Schweinsteigers Schlüsselbeinbruch – darauf sollte besser kein Konkurrent spekulieren.“

Dem Düsseldorfer Publikum war die Niederlage scheißegal

Andreas Rüttenauer (taz) fordert mehr Mut und Engagement von den Mitstreitern: „Schalkes Manager Horst Heldt hat nach dem Derbysieg gegen den BVB gesagt, daß es bald vorbei sein könnte mit dem Frieden bei den Bayern, wenn erst einmal alle Spieler fit seien. Es ist eine sportliche Selbstaufgabe, die aus diesen Worten spricht. Sie war in beinahe allen acht Spielen der Bayern bei den Gegnern zu beobachten und fand in Düsseldorf ihren ersten Höhepunkt. Sogar dem Düsseldorfer Publikum war die Niederlage scheißegal, und Oberfan Campino fand es sogar toll, daß man überhaupt gegen die Bayern spielen darf. Aber wann fragt sich endlich jemand, wie gut die Bayern wirklich kicken können? Vielleicht ist es ja gar nicht so schwer, die Münchner zu schlagen. Eine Mannschaft aus Weißrussland hat in der Champions League schon gezeigt, daß das möglich ist.“

Erfolgreiche Bildungsreise in Liga zwei

Eintracht Frankfurt führt weiterhin das Feld hinter den übermächtigen Bayern an. Dominik Bardow (Tagesspiegel) weiß warum: „Vor zwei Jahren noch wußte man nicht viel am Main. Nicht, daß man nach Platz sieben in der Hinrunde noch absteigen kann, daß gespartes Geld von Fans nicht derart geschätzt wird wie attraktiver Fußball und daß Christoph Daum wohl keine glückliche Trainerwahl ist. Nun erhält die Bundesliga ein Referat darüber, was Frankfurt im Schnellkurs alles gelernt hat. Zeigen muß die Eintracht noch, daß die Lektion „Frühe Erfolge trügen“ nicht vergessen ist. Aber die Frankfurter Schule ist jetzt schon ein ermutigendes Lehrbeispiel für alle, die noch auf Bildungsreise in Liga zwei sind.“

Ingo Durstewitz und Thomas Kilchenstein (FR) träumen bereits von der Königsklasse: „Die Frankfurter sind der beste Aufsteiger der Bundesliga-Historie, sogar zwei Tore besser als der 1. FC Kaiserslautern zum vergleichbaren Zeitpunkt der Pfälzer Meistersaison. 19 Zähler sind aufs prall gefüllte Konto gepackt, der Vorsprung auf Rang vier, der immer noch zur Qualifikation zur Champions League berechtigen würde, beträgt sieben Punkte. Es fallen einem immer weniger Gründe ein, weshalb diese Mannschaft

aus der Spitzengruppe purzeln sollte.“

Sara Peschke (Spiegel Online) blickt anerkennend in Richtung Frankfurter Trainerbank: „Veh ist es gelungen, aus jungen und neuen Spielern wie Stefan Aigner, Bastian Oczipka oder Pirmin Schwegler ein Team mit einer enormen Leistungsdichte zu schaffen. Zehn Profis haben in dieser Saison für die Eintracht schon getroffen, fast eine gesamte Mannschaft. Wenn nicht ein überragender Akteur hervorsticht, sondern der Erfolg auf viele Schultern verteilt ist, schafft das breites Selbstvertrauen.“

Champions League spielt Schlüsselrolle

In Lüdenscheid werden nach dem verlorenen Derby fleißig Tränen getrocknet. Reinhard Schüssler (derwesten.de) blickt dennoch sorgenfrei in die Zukunft: „Jürgen Klopp steht nach einem schier unaufhaltsamen Höhenflug vor einer neuen Herausforderung, bei der die Champions League eine Schlüsselrolle spielt. Der Stachel, den gerade die Bayern mit ihrer Häme angesichts des kläglichen BVB-Abschneidens in der Vorsaison gesetzt hatten, sitzt immer noch tief. Solange deshalb die Borussia diesmal auch internationale Duftmarken setzt, dürfte die Stimmung im Verein selbst dann nicht nachhaltig kippen, wenn die dritte Meisterschaft in Folge schon frühzeitig abgeschrieben werden muß.“

Liegt es an den Spielern oder am System?

In Mönchengladbach herrscht weiterhin Tristesse. Birger Hamann (Spiegel Online) findet Schuldige sowohl auf, als auch neben dem Platz: „Die zentrale Frage in Gladbach mit Blick auf die Krise lautet: Liegt es an den Spielern oder am System? Die Antwort: beides. Gerne wird bei der Borussia auf die prominenten Abgänge Marco Reus, Dante und Roman Neustädter verwiesen, um die sportliche Misere zu erklären. Und dann folgt der Zusatz, die neuen Spieler Alvaro Dominguez, Granit Xhaka und Luuk de Jong bräuchten noch Zeit. Nur wie lange noch? Bislang hat noch niemand aus dem Trio bewiesen, daß er eine echte Verstärkung ist. Die Kritik darf aber nicht nur auf die Spieler abzielen, auch der Trainer muß sich ihr stellen.“

Imageschäden für Volkswagen

Auch in Wolfsburg geht die Talfahrt unbeirrt weiter. Peter Unfried (taz) knöpft sich Trainer Felix Magath vor: „Nachdem Magath nach eigenen Angaben bisher sechsmal versucht hat, ein Team um den klassischen Spielmacher Diego aufzubauen, ließ er ihn diesmal 90 Minuten draußen. Abgesehen von Torhüter Benaglio gibt es nun im VfL-Team im Grunde keine Spieler mehr, die zusätzliche Qualität aus dem sicheren Gefühl schöpfen können, daß der Trainer ihnen vertraut. Startelf, Tribüne oder Amateurteam, alles ist möglich. Magath, seit März 2011 wieder in Wolfsburg, hat einen drohenden Abstieg verhindert, ist aber seither mit einer intensivierten Variante seines Trial-and-Error-oder auch Hire-and-Fire-Prinzips sportlich nicht vorangekommen, von den Imageschäden für Volkswagen nicht zu sprechen.“

**Urgestein beim Int. Gelsenkirchener Volkslauf
seit 1985: Immobilien Kapteina – Hauptstraße 70**





Die Adler Zwote gewinnt 5:1 gegen DJK Bor. Scholven



**Seitenwahl zum Spiel im Feldmarkstadion: DJK Adler - RWW Bismarck 1:3.
 Bilder vom Spiel am Trinenkamp. ETuS Bismarck verliert 0:3 gegen DJK TuS**

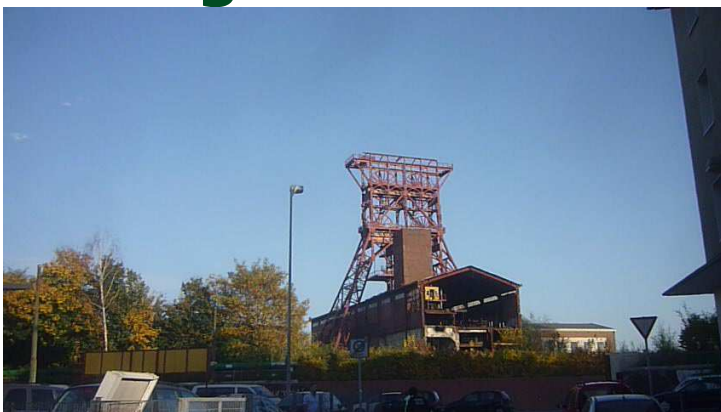


Immer wieder im Blickpunkt des Spiels - RWW Torwart hatte viel zu tun





Auf dem Rückweg: Fördertürme des Bergwerks Consolidation in Bismarck.



Gartenbaubetriebe
Alfred Verse
 Hilgenboomstraße
 Telefon 0209 / 137713
Sponsor der
DJK TuS 1910
Rotthausen