



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 MACHT 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. -016 vom 20. Nov. 2012

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

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



Der Weg ist das Ziel und dieser Weg wird nicht verlassen...



Liebe Sportfreunde, die Internetseite > www.gelsenkirchenmarathon.de < gehört zum original Gelsenkirchener Volkslauf mit dem ersten Gelsenkirchenmarathon durch die City und dem Stadtpark der Fußballstadt. Ich habe diese Veranstaltungen mit Fußballspielern für Laufsportler und Fußballer - also allen Outdoor-Laufsportlern - bereits 1985 und 1998 ins Leben gerufen und beabsichtige nicht diese Veranstaltung mit dem darin integrierten Projekt aus den Augen zu verlieren.

Desweiteren gehört auch der von mir entwickelte DFB-Cooper-Lauf seit 1997 dazu. Letzterer ist ein Konditionsgrundlagenlauf für Fußballer und andere Teamsportler, der gegen Doping und Drogen, sowie gegen Gewalt und Diskriminierung im Sport als Projekt zielen soll. Begehrlichkeiten mehrerer Natürlicher und Juristischer Personen aus den Reihen des zuletzt durchführenden Vereins DJK TuS Rotthausen (nicht die Fußballabteilungen) ignorieren das Projekt weiterhin und sorgten für meine Ausgrenzung von der Veranstaltung aus schönen Bereicherungsgründen an der PR-trächtigen Veranstaltung. Original sind erst 22.

Veranstaltungen durchgeführt worden und die 23. Veranstaltung kann erst nach erfolgtem Stadtumbau auf der ausgesuchten Strecke durchgeführt werden. Meine Widersacher allerdings sind schon bei der 24. Durchführung die am 20. April 2013 gestartet werden soll. Diese Veranstaltung ist im Grunde korrekterweise bezeichnet aber der 2. Rotthäuser Volkslauf. Gegen den Veranstaltungsdiebstahl mit paralleler Projektzerstörung setze ich mich weiterhin zur Wehr, denn das Projekt habe ich im Versorgungsamt Gelsenkirchen angesichts der Aktenlage im SchwbG und den Erfahrungen aus dem Umfeld des Sports entwickelt und auch in Brüssel zur Förderung angemeldet. Um nun die hehren Gedanken des Sports weiterhin generell aufrecht halten zu können und im Rahmen der Veranstaltungen weiterhin auf dieselben hinweisen zu können, veranstalte ich mit den Sportfreunden Bulmke im Jahre 2013 am 1.1. den Gelsenkirchener Neujahrslauf im Gesundheitspark Nienhausen, am 13. April das RUN-UP mit dem DFB-Cooper-Lauf ebenfalls im Gesundheitspark Nienhausen und schließlich am 1. Mai 2013 den 1. Int. Gelsenkirchener Walkingday im Bulmker Park mit dem Burgerspark und der Wohnanlage Tossehof. Alle Veranstaltungen sind kostenfrei und ordentlich dem Verband FLVW gemeldet. Da ich dem Verband die bemängelten Umstände bereits mehrfach in allen Instanzen gemeldet habe, bleibt nun kein anderer Weg der Wahrheitsfindung mehr übrig, denn die Begehrlichkeiten meiner Widersacher lassen weder bei den Juristischen Personen noch bei den Natürlichen Personen nach. Meine Widersacher scheuen sich auch nicht ihren Anwälten Lügen und Falschinformationen aufzutischen um zum Ziel zu kommen. Der Verband FLVW geht nur den neuerdings mehr und mehr lukrativeren Weg des Geldes im Sport. Der Vereinsschutz im Verband ist zweitrangig geworden seitdem der Sport sich immer mehr selbst vermarkten muss. Es tut niemandem mehr leid so handeln zu müssen als mir selbst, jedoch es bleibt mir nach 35 Jahren lizenzierter ehrenamtlicher Trainertätigkeit keine andere Wahl.

Nicht alle Sportveranstalter Gelsenkirchens sind so sportlich und kaufmännisch gradlinig wie der neue VIVAWEST-Marathon und RUNNERS-POINT 's Fünf-Freunde-Staffel in der Veltins Arena. Ich bitte alle aufrechten Sportkameraden um Unterstützung - evtl. mit einer aktiven Teilnahme - zum Erhalt des Projekts innerhalb der von mir betreuten und durchgeführten Sportveranstaltungen im kommenden Sportjahr 2013 in unserer Fußballstadt Gelsenkirchen.

In diesem Sinne:

Sportgruß an alle Freunde von

Sieghard Tinibel mit www.gelsenkirchenmarathon.de



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

Immer tatkräftig: DJK TuS Mäzen Alfred Verse



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



Cooper-Lauf im Tossehof am 1. Mai 2013



Klaus Fischer..

wohnte 1985 am Tossehof und startet den DFB-COOPER-Lauf



Gelsenkirchen-Rotthausen
"AUF DER REIHE" E. Frankfurts
 Trainer Michael Skibbe und Sieghard

Sportbegeisterung bei den Schülern der Gesamtschule Gelsenkirchen-Horst



Weltpremiere - DFB-COOPER-LAUF im Rahmen des Gelsenkirchener Volkslauf 1997. Dokumentation für das Sportmuseum in Köln. Vorne der FLVW-Vorsitzende des Kreises Manfred Wichmann. Die Kriterien zum DFB-COOPER-LAUF erarbeitete Sieghard Tinibel unter mitwirkender Beratung des Sportlehrers und FIFA Referee Hellmut Krug. Die PR-Trommel rührte Klaus Fischer, Mittelstürmer der Nationalelf.

Man kann nicht immer gewinnen – aber man kann daran arbeiten, dass man gewinnt!

Das unsportliche Volk in Reihen der DJK TuS Rotthausen lässt nicht locker in seinen Begehrlichkeiten am Int. Gelsenkirchener Volkslauf, den ich nicht dazu kreierte, dass sich Klappstühle= uehrliche Sportler daran gütlich tun und das enthaltene Projekt gegen Doping und Drogen sowie gegen Ausgrenzung und Gewalt im Sport, durch ihr uehrliches Handeln zerstören. Die Natürlichen und Juristischen Personen, die ihre Finger nicht bei sich behalten konnten, werden gebeten die Sache sportlich fair zu behandeln und die angestrebte Durchführung des 24. Int. Gelsenkirchener Volkslauf umzubenennen in den 2. Rotthausener Volkslauf. Der Verband FLVW ist wohl informiert, jedoch reicht sein Handlungsrahmen nicht soweit, dass er eine Lüge korrigieren kann oder sollte. Wenn es der Wille des Vereins DJK TuS Rotthausen ist, sich mit dem Schmutz einer Dauerlüge zu bekleckern, dann soll dieser Verein das auch ruhig so machen. Ob eine Dauerlüge gepaart mit Diebstahl und Projektzerstörung sich auf Dauer halten lässt ist mehr als zweifelhaft. So soll es denn von mir aus so geschehen. Jedoch darf Niemand von mir erwarten, dass ich dem Treiben tatenlos gegenüber stehe. Zu mühselig war der Weg bis dorthin. Der Weg bis zum 11. Mai 1985 war für mich nicht einfach, denn auf dem Wege bis ins 7. Jahr meiner Trainertätigkeit musste ich viele Niederlagen einstecken, die mich erst auf den Gedanken brachten, die sich immer mehr einstellende Dekadenz der Sportjugend im Allgemeinen mit einer Breitensportveranstaltung zu bekämpfen. Einem Volkslauf der dann auch noch dafür sorgen konnte, dass die Anwohner der Plutostraße und der Kopernikusstraße, sich auch ohne Fußball spielen zu können, in den von mir sportlich damals geführten Verein integrieren konnten. Das Wohnprojekt der GGW war und ist auch heute noch so angelegt, dass sich Leute mit und ohne Migrationshintergrund aus den unterschiedlichsten sozialen Schichten begegnen und nebeneinander harmonisch leben konnten und können.

Das war und ist auch heute noch mein Bestreben und der Grund warum ich damals diesen Lauf kreierte. Es folgen nun einige Stationen auf dem Wege bis dorthin, um zu dokumentieren, dass es kein Zuckerschlecken war und nur die gemachten Erfahrungen, halfen mir sehr dabei, auch gegen Drogen schon damals tätig zu werden, denn die damalige Bulmker Disco „Flashlight“ an der Wanner Straße war zu dem Zeitpunkt ein berühmter Punkt in

Bulmke, der auch die von mir betreuten Sportler magisch anzog, denn die Drogenszene fand dort willige Opfer. Meinem jahrelangen Engagement in dieser Richtung sollte mehr Achtung gezollt werden. Auch von der Politik.

Sieghard Tinibel trainiert 1. FC Luthenburg
Erstes Traineramt des Ex-Rechtsaußen / Geschäftsführer bei Spfr. Rotthausen



Gelsenkirchen. Sein erstes Traineramt wird der 33jährige Sieghard Tinibel in der kommenden Saison bei 1. FC Luthenburg antreten. Der Angestellte des Versorgungsamtes hat in diesem Jahr den Übungsleiterlehrgang des Stadt-Sportbundes bestanden und spielte zuvor bei den Sportfreunden Rotthausen. In Rotthausen ist er als schneller und schußstarker Rechtsaußen bekannt.

den pausierte er als B-Jugendlicher, begann dann aber wieder mit 19 Jahren bei TuS Rotthausen. Nach zwei Jahren wechselte er zum VfB Gelsenkirchen und schloß sich 1972 wieder seinem Stammverein Sportfreunde Rotthausen an. Seit zwei Jahren ist er Geschäftsführer der Rotthausener. Beim Turnier von Arminia Ueckendorf wurde er der Mannschaft vorgestellt und bekam einen ersten Überblick über die Leistungsstärke der Luthenburger. Zur Arbeit seines Vorgängers Dieter Blohn meinte er lobend: „Die Mannschaft ist in einer sehr guten Verfassung.“

Trainiert Luthenburg: Tinibel.

Mit dem Fußball begann Sieghard Tinibel als Elfjähriger bei TuS Rotthausen und spielte anschließend in der Schülermannschaft des FC Schalke 04. Aus beruflichen Grün-

Schon zu meiner Zeit als Geschäftsführer der DJK Spfr. Rotthausen gefielen mir einige Unsportlichkeiten nicht. Damals schon zeigte sich der miese Sportcharakter der Natürlichen Personen, die auch heute wieder die Finger im Spiel beim Volkslaufklau mit der rücksichtslosen Projektzerstörung haben. Natürlich bin ich noch im Besitz aller Protokolle aus meiner Zeit als GSF der DJK Sportfreunde Rotthausen. Zu der damaligen Zeit konnte man immer das Gegeneinander der Abteilungen Handball und Fußball erkennen. Das hat sich bis heute nicht geändert. Die Handballer mit den „Krankenkassensportlern“ waren es dann auch die mit den bekannten Juristischen Personen nicht ihre Finger bei sich behalten konnten und somit für die größte Unsportlichkeit sorgten, die ich je erlebt habe und die Deutschlandweit ohne Beispiel ist, wie es meinen Recherchen unter Sportkameraden zufolge scheint.

Deswegen beginnt ab sofort meine Gegenwehr gegen die schändliche Handlungsweise der „Klappstühle“, die mich nach fast 50jähriger Vereinszugehörigkeit aus dem Verein warfen. Als unbescholtener, vorbildlicher Sportsmann und Bürger der Stadt Gelsenkirchen, kann und will ich das nicht auf mir sitzen lassen. Wenn es keine geeignete Rechtsprechung in Deutschland gibt, werde ich mir das verlorene Terrain auf anderem Gebiete zurückerobern.

Den Anfang mache ich mit dieser nachstehende Mail an meine Kameraden und Kameradinnen von der Bereichsleitung beim Karstadt-Marathon. Die nächste Mail geht in den großen Verteiler aller Karstadt-Mentoren. Wenn es dann weiterhin noch von den „Klappstühlen“ keiner für nötig sich bei mir zu entschuldigen und den Schritt zu korrigieren, werde ich eine Grußformel in meine E-Mail einbauen, die für meine neuen Projektstationen wirbt und gleichzeitig darauf hinweist mit wem man es beim Gelsenkirchener VL zu tun hat. Im Sinne des internationalen Sportaustauschgedankens werde ich auch Herrn von Schönfeld einige Zeilen in das Polizeipräsidium senden. Bekanntermaßen ist er ein Freund der interkulturellen Begegnungen wie auch unser sehr geehrter Herr Oberbürgermeister. Hier nun die Mail an die Kameraden:

Hallo liebe Laufsportleiter der alten Karstadt-Schiene,
es hat sich viel getan in Sachen Laufsport. Vielleicht bin ich dem ein oder anderen unter uns auch schon einmal negativ aufgefallen, weil ich ziemlich penetrant auf mein Projekt im Gelsenkirchener Volkslauf aufmerksam gemacht habe. Zunächst möchte ich auf Babsis Sorgen eingehen, die ich auch schon in ähnlicher Form an VIVAWEST vermittelt habe. Man versichert mir, dass das damalige Problem von 2009 bekannt sei (Organisation mit MMP) und die Promotion Agentur hat versprochen, dass so etwas nicht mehr vorkommt. Allerdings muss ich jetzt schon die Sorge von Bassi teilen, denn es sieht so aus, dass die Bereichsleitungsbetreuung nicht besser geworden ist.

Jedoch kann man sich eines Besseren belehren lassen. Sollte jemand von uns einen Draht haben zu VIVAWEST könnte er diese Bedenken weitergeben. Notfalls auch an den Einlader selbst.

Im Moment bedrückt mich am meisten, dass eine große Gelsenkirchener Immobiliengesellschaft (nicht VIVAWEST) mir den seit 1985 von mir auf den Weg gebrachten Int. Gelsenkirchener Volkslauf streitig gemacht hat und mich nach 50 Jahren Mitgliedschaft beim DJK TuS Rotthausen (nicht die Fußballer) aus dem Verein geworfen hat. Die Begehrlichkeiten an dem von mir geschaffenen Event – www.gelsenkirchenmarathon.de – waren wohl so groß, dass die Immobiliengesellschaft

gepaart mit 4 weiteren Juristischen Personen und weiteren Natürlichen Personen (Laufsportler) keine sportlichen Skrupel mir gegenüber dabei entwickelte. Das kann und will ich nicht durchgehen lassen. Ich weiß nicht, ob ich noch stark genug bin diesen Kampf durchzustehen, denn schon jetzt wird mit unsauberen Mitteln gearbeitet und meine Widersacher belügen ihre Anwälte, was ich ihnen nachgewiesen habe.

Ich glaube nicht, dass ich mit meinem neuen Verein schon soweit bin, dass ich einen Verpflegungspunkt übernehmen kann. Wünsche Euch im Sinne des wahren Laufsports und der Leichtathletik aber jetzt schon allen alles Gute.

Ich würde es gut finden, wenn ihr vielleicht für mich, der Gerechtigkeit im Rahmen der normalen Sportkameradschaft genüge tut und in Euren Laufsportkreisen von dem Veranstaltungsklau mit Projektzerstörung beim www.gelsenkirchenmarathon.de durch den Immobilienriesen berichtet. Es mag ja sein, dass steuerliche Abschreibungsmöglichkeiten und vielleicht auch EU-Mittel zur Belebung der Zechenbrachen wie ein Magnet gerade auf Immobilienfirmen wirken, weil sich alle ziemlich der neuen Eventschiene mit dem Marathon widmen wollen. Ich selbst kann es nicht zulassen, dass mein Projekt dabei zerstört wird.

Eine Beschwerde beim FLVW hat nichts genutzt. Dort geht man auch nur den Weg des Geldes... der Sportcharakter steht hinten an.

Allen alles Gute in dem Sinne ... auch alles Gute für alle Sportveranstaltungen schlechthin.

Gruß im sportlichen Sinne von

Sieghard Tinibel mit

www.gelsenkirchenmarathon.de/dateien/le/FLE.pdf

www.fussballkondition.de

www.ruhrstadtmarathon.de

Hier die Bedenken der Kameradin

Hallo Bereichsleiter ,

in dieser Woche erhielt ich eine e-Mail der Marathon-Organisation von Herrn Sebastian S. Den ein oder anderen von euch wird er ebenso angesprochen haben, um für den VIVAWEST-Marathon 2013 im Mai Helfer anzuwerben.

Ich persönlich bin ein wenig in Sorge in Bezug auf die Betreuung der Helfer, da mir unsere letzte Sportveranstaltung 2009 unter der Leitung von Herrn M. in übler Erinnerung ist. Ich weiß natürlich nicht ob ihr in diesem Punkt mit mir übereinstimmt!?

Sollte das allerdings der Fall sein, so könnte man Herrn S. davon in Kenntnis setzen, dass bei den Veranstaltungen 2008 und früher ein hochmotiviertes Helferteam zusammenarbeitete.

Vielleicht sind die alten Strukturen nicht immer die schlechtesten!!!

Ich habe jedenfalls, unter Berücksichtigung dieses Aspektes, meine Mitarbeit in Frage gestellt.

Ich wünsche euch noch ein schönes Wochenende
und grüße euch sportlich B. B.

Stimmung bei Schwarz-Weiß:

Bülser Bomber feiern Titel

Zur Feier des Tages: Dezernent verspricht Flutlicht

Eine ausgelassene Stimmung herrschte Samstagabend in der Gaststätte Mühlenbrock-Mahl an der Taubensstraße: Die große Vereinsfamilie von Schwarz-Weiß Bülse feierte den Aufstieg der 1. Mannschaft.

Nach 23 Jahren konnten die Bülser Senioren endlich wieder einmal eine Meisterschaft gewinnen. Im Endspurt behaupteten sich SW Bülse in der Kreisliga B vor Erle 68, die lange Zeit die Tabelle mit beträchtlichem Vorsprung anführten. Die Saison 1978/79 war für SW Bülse ohnehin die erfolgreichste Spielzeit in der mehr als 50jährigen Vereinsgeschichte: Von fünf an Meister-

Mannschaften wurden drei gleich Meister ihrer Gruppen.

Neben den Senioren holten auch die Jugend- und Schülermannschaften Meistertitel. Die Knaben melden eine Vizemeisterschaft. Das war für die Vereinsfamilie Grund genug zum Feiern.

Im vollbesetzten Saal begrüßte Vorsitzender Ludwig Mahl den Fußballkreisvorsitzenden Heinz Krug, Ratsfrau Else Lassek, Sportdezernent Erwin Neumann, Sportamtsleiter Jupp Nerowsky, die Glückwünsche und kleine Geschenke überbrachten.

Erneut zur Sprache kam die Sportplatzanlage an der Honigmannstraße, die in vielen Be-

langen unzureichend ist. Die Bülser haben das Gelände von der Mannesmann AG angepachtet und bewirtschaften es in eigener Regie. Sportdezernent Erwin Neumann sicherte zu, daß die Bülser in naher Zukunft eine Flutlichtanlage erhalten sollen. Erneut angesprochen wurde der Bau von Toilettenanlagen. SW Bülse soll hierfür zunächst einmal Kostenvoranschläge einholen. Sportdezernent Neumann will den Bülsern in den nächsten Tagen einen Scheck über 200 DM zustellen.

Im Namen des Vorstandes erhielten die 17 zum Stamm der 1. Mannschaft zählenden Spieler eine Erinnerungspla-

chette. Trainer Bodo Menze, früher Aktiver bei BW Wulfen und SpVg Marl, verläßt die Bülser nach einjähriger Tätigkeit. Der 26jährige Student (Sport und Französisch) erhielt ein Stipendium an einer französischen Hochschule. Neuer Trainer bei SW Bülse wird „Siggi“ Tinibel (bisher FC Luthenburg).

In der nächsten Saison werden fünf frühere Jugendspieler zu den Senioren aufrücken. Angemeldet haben sich bisher Ulrich Wild (Hochlarmark 28) und Harald Fröse (Duisburg 88). Torschützenkönig der Meistermannschaft wurde mit 27 Treffern Christian Hampe. Das erste Training für die neue Saison ist am 15. Juli um 18 Uhr.



DIE ERFOLGREICHE MANNSCHAFT: Peter Bengedick, Gerd Berndt, Otto Bileternich, Friedrich Buchholz, Manfred Gerschel, Hartmut Gieras, Petr Goltz, Christian Harpe, Peter Heinzel, Bernd Jähde, Peter Kujat, Bodo Menze, Volker Menze, Klaus Scheffler, Peter Solle, Heiner Szgat, Heinz Twiehaus, Mike Zikic.
(WAZ-Bild: Korfmann)

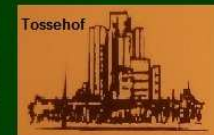
Die meisten Erfahrungen in punkto Menschenführung machte ich als Trainer in Buer-Bülse. Trainer Bodo Menze (stehend rechts), den ich 1979/80 vertrat ist heute der erfolgreiche Manager des FC Schalke 04.



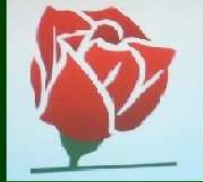
Int. DLV-Lauftreff am Tossehof
Mittwochs und freitags 17:00 h



Übungsleitung:
Anita Hölscher (Walking),
Sieghard Tinibel (N-Walking),
Adnan Kaplan (Marathonlauf)
Mehr Infos: Tel 0209 136181



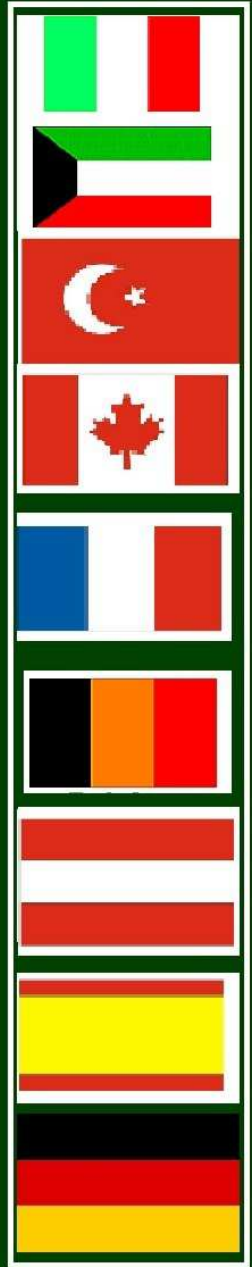
Park-Apotheke
 Int. Gelsenkirchener Volkslauf
 seit 1985 - Wolfhard Matthes



Rosen Apotheke
 Int. Gelsenkirchener Walkingday
 seit 2013 - Matthias Kollmann



Gelsenkirchener Mottolauf seit 2006
 Konzipiert von S. Tinibel
 Zur Nachahmung empfohlen



Cooper-Test und DOSB-Sportabzeichen
 nach vorheriger Absprache mit

Trainer Sieghard Tinibel



„SPORT verbindet alle Menschen!“



Gesundheitspark
 Nienhausen



Gesundheitspark
 Nienhausen



Gesundheitspark
 Nienhausen



Gesundheitspark
 Nienhausen



Jürgen Todeskino und Sieghard Tinibel 2010



Cooper-Test
 Sporthochschule
 Köln. Klick hier:
 Stellungnahme am 18. Mai 2012
 von Herrn Hermann Josef Stefes
 Dipl. Sportwissenschaftler an
 der Hochschule zu Siegburg
 Tabelle DFB Cooper-Lauf



Dr. Hermann Josef
 Stefes von der
 Sporthochschule
 Köln untermauert
 nach DFB
 Qualitätskriterien
 Rotenmüller
 ebenfalls die
 Förderwürdigkeit
 von Siegburg
 Tabelle DFB
 Cooper-Lauf.
 Mehr unter
www.sportwissenschaftler.de



ROSEN-APOTHEKE



**DER
 FITNESSPUNKT
 AM STADTPARK**



netzwerk frauengesundheit
 von Prof. Dr. Ingrid Gerhard

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



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 und Jugendfußball am Tossehof

<http://www.youtube.com/watch?v=XDwNMGTJyle>



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



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



netzwerk frauengesundheit
 von Prof. Dr. Ingrid Gerhard

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



Nach den stillen Feiertagen im November...



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

...freuen wir uns auf die Adventszeit und laden ein!

**Adventausstellung
Samstag, den
24. November
von 10:00 Uhr bis
18:00 Uhr**

**Friedhofsgärtnerei
Alfred Verse**

Fußball und Ausdauertraining passen gut zusammen, um erfolgreich im Sport zu sein
<http://www.youtube.com/watch?v=CaKFUxv2j2g>
Klick obigen Link zum Video: DJK TuS in Middelich

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



Dieter Kapteina trat die Homepage „Gelsenkirchenmarathon“ an den Gründer der Veranstaltung Sieghard Tinibel ab. Mittlerweile versuchen sich mehrere Juristische aber auch Natürliche Personen der Veranstaltung zu bemächtigen und sorgen durch ihre unverschämte und unsportliche Vorgehensweise für Irritationen, die auch auf den gut geplanten VIVAWEST-Marathon durchschlagen. Der Name Gelsenkirchenmarathon wurde nicht umsonst so ausgewählt, Mehrere Anfragen aus dem Umfeld unserer Stadt an Sieghard Tinibel bestätigen die Effizienz des Namens im Sport. Diese Anfragen werden wahrheitsgemäß ohne zu beschönigen nach den tatsächlichen Entwicklungen des Marathons in der Fußballstadt über die Jahre beantwortet. Nachfolgend ein Wort unter Sportlern, die nicht selten wie hier eine Prognose über den kommenden VIVAWEST-Marathon in Gelsenkirchen haben möchten:

Von: Rieke, Michael [mailto:Michael.Rieke@moerfelden-walldorf.de]

Gesendet: Freitag, 9. November 2012 12:35

An: 'sieghard.tinibel@arcor.de'

Betreff: 1. Vivawest Marathon

Hallo Sieghardt,

welche Teilnehmerzahlen erwartest Du beim o.g. Marathon? Ich bin aus GE und laufe natürlich im gern durch meine Heimatstadt. Allerdings ist am gleichen Tag auch der Mainz-Marathon und in meinem Alter (53) mache ich nur noch 3 Marathon im Jahr und deshalb suche ich möglichst tolle (große) Veranstaltungen. Von Mainz aus kann ich das nicht so recht einschätzen, wie der 1. Vivawest Marathon angenommen wird.

Mit freundlichem Gruß

Michael Rieke

Mainz

Email: michael.rieke@moerfelden-walldorf.de (Laufsportler 2004 beim Int. Gelsenkirchener Volkslauf, die Gestattung der Veröffentlichung in FLE ist gegeben)

Hallo Michael,

man muss noch warten mit der Einschätzung des VIVAWEST - Marathons. Die Läufer und Läuferinnen in unserer Ecke ... mehr Bochum und Dortmund ... haben es noch nicht ganz verwunden, dass die Michael Mronz Promotion bei dem letzten Promoten der Veranstaltung in 2009 ziemlich herzlos zur Sache gegangen ist. Auch jetzt ist wieder MMP der Ausrichter, der sich cleverer Weise sogar einen Vereinsstatus zugelegt und zur Durchführung des Marathons angemeldet hat.

Zudem sind andere namhafte Veranstalter des Duisburg-Marathon z. B. mit Bunert sauer auf VIVAWEST und MMP wg. der unmittelbaren Nähe zu anderen namhaften Veranstaltungen hier im zentralen und westlichen Ruhrgebiet.

Für mich ein ähnlicher Entwicklungsschritt in die Richtung „Vermarktung des Sports“ ohne Rücksicht auf die Vereine. So wie es die Bundesligavereine im Fußball vorleben, kommen immer mehr vereinsähnliche Strukturen auf den Markt und graben den Vereinen das Wasser ab. Der Verband hält still und sagt zu der Entwicklung nichts, weil er viel Geld bekommt, wenn er mitzieht.

Als ich für meinen Verein DJK TuS einen ähnlichen Zukunftsschritt plante, kamen alle meine Widersacher aus dem Verein und aus der aktiven Sportpolitik aus den Löchern und untergruben gepaart mit Begehrlichkeiten von Immobilienmanagern meine Ambitionen, mit einem Breitensportkonsortium den Verein DJK TuS zu stärken. Heute hat der Verein sich sogar von mir getrennt. Nach 50 Mitgliedsjahren ...

Lobbyisten aus der Wohnungswirtschaft unseres Ortes – nicht VIVAWEST den jetzigen Sponsor des neuen Marathons – drängten mich mit hinterlistigen und billigen Tricks aus der Führung. Auch der 1. Vorsitzende des Vereins mit seiner Immobilienverwaltung war sehr daran interessiert, dass ich nun so langsam die Veranstaltung loslassen würde. Bat aber nie darum, denn als der größte Teil der Widersacher meinte, dass nun die Zeit gekommen wäre – ich litt zu dem Zeitpunkt unter einer verschleppten Erkältung – ging man geschlossen zur Sache. Da wurde keine Rücksicht darauf genommen, dass ich es als Fußballtrainer mit den Fußballern des Gründungsvereins und den Fußballern der DJK TuS als durchführenden Vereins es war, der die Veranstaltung ge-coacht und finanziert hat mit viel Eigenleistung und Dauerinitiative von Jahr zu Jahr.

Wenn Du aus Gelsenkirchen stammst, dann kennst Du ja auch die Mentalität die dem Ruhrpottler eigen ist. Ich schätze, dass die Zahlen so sein werden wie beim letzten Karstadt-Ruhrmarathon. Ungefähr 1.500 Marathonteilnehmer mit zweitausend Halbmarathonis. Zudem sind in der Zeit viele Veranstaltungen hier vor Ort hinzu gekommen. Viel zu viele, denn jeder möchte gerne an dem Kuchen knabbern. Ein Sponsorenlauf löst den anderen ab. Krankenhäuser aus der Umgebung, Kindergärten, Schulen und andere Einrichtungen konkurrieren stark miteinander und Buhlen um die Gunst der Sportler, wg. der zu erwartenden Geldspende, die aber nicht in den Sport fließt sondern irgendwelchen karitativen Zwecken dienen soll ... ob das alles so umgesetzt wird ist zweifelhaft, denn ein großer Teil der liquiden Mittel wird fehlgeleitet in helfende Prominenz und anderen Organisationen die sich als Firmen versuchen.

Ich denke, wenn Du ein Gelsenkirchener bist ist es immer wieder die Sache wert. Es ist im Endeffekt egal mit wie viel Leuten man am Start steht. Melde Dich mit Deinen Freunden und deinem Verein einfach an und Du wirst sehen wie sich der Lauf dann von Jahr zu Jahr entwickelt.

Ich für meinen Teil konzentriere mich auf den Erhalt meiner Int. Volkslaufveranstaltung mit dem integrierten Projekt gegen Doping und Drogen. Mehr zu den Begleitumständen gibt es unter www.gelsenkirchenmarathon.de

Dir alles Gute
Gruß
Sieghard

Liebe Sportfreunde, wie wärs nächstes Jahr mit einem Ausflug in die sich auf das 500-jährige Lutherjubiläum vorbereitende Wartburg-Region und vielleicht kann man sich, seinen Freunden oder den Arbeitskollegen die Teilnahme an interessanten Pummpälzhöhepunkten mit günstigen Rabatten noch bis Jahresende schenken? Die sportlichen Pummpälzhöhepunkte beginnen ab Mai und enden am Reformationstag im Lutherstammort Möhra mit vielen Tausenden Menschen beim Pummpälzfest.

Das Kanu macht die dritte Veranstaltung im August beim Asklepios TriTrek zum Renner: Die Duo-Teams fiebern der ersten Disziplin im immerhin etwas ungewohnten Zweier-Kanu auf dem Burgsee regelrecht entgegen, ehe dann der Läufer zwei beachtlich steile Runden um den See läuft und sein Radfahrer über die Berge den Moorgrund umrundet. Als Bestandteil des Seefestes wird die Siegerehrung auf der Festwiese am Kurhaus zum Fest in purer Feierlaune. Ein Geheimtipp!

Anmeldebeginn ist ab 01. Januar 2013!

Hier geht es zum [Flyer!](#) Alles zum [TRISKEL!](#) www.pummpaelz.de wanderweg@pummpaelz.de
Pummpälzweg e.V. Trift 4, 36433 Moorgrund OT Gumpelstadt, Tel.: 03695-620580, Fax: 03695-85



Von Bernhard Minnebusch

SpVgg. Middelich-Resse - DJK TuS Rotthausen: 0 : 5 (0:4)

Eine begeisternde Halbzeit reichte!

Beim Tabellendreizehnten in Resse sollte der nächste „Dreier“ eingefahren werden. Mit Ausnahme des Torwarts, Thorsten Bauer kehrte in den Kasten zurück, blieb unsere Mannschaft gegenüber der Vorwoche unverändert. Nun meinte es aber der Wettergott nicht gerade gut mit uns. Bereits in der Nacht hatte es zu regnen begonnen, der Aschenplatz an der Feuerwache war aufgeweicht und das Vorspiel der dritten Mannschaft verbesserte die Beschaffenheit des Spielgeländes auch nicht gerade.

Gleichwohl legte unsere Mannschaft los wie die sprichwörtliche Feuerwehr. Bereits nach 30 Sekunden ergab sich die erste Großchance. Eine Kombination zwischen Patrick Willam und Christian Czedzak brachte den Ball letztlich zu David Willam, der in halbrechter Position

völlig frei auf den Kasten zulief, mit seinem Schuss jedoch an der guten Reaktion des Resser Schlussmannes scheiterte. Und es sollte auch gleich so weiter gehen. Gut gestaffelt und mit geschickter Raumaufteilung schafften wir bei Ballbesitz der Hausherren immer wieder eine Überzahlsituation in Ballnähe, attackierten konsequent und kamen so immer wieder schon weit vor unserem Gehäuse in Ballbesitz. Dann ging es in der Regel schnell und kombinationssicher nach vorne. Trotz der widrigen Platzverhältnisse entwickelte unsere Mannschaft ein eindrucksvolles Spiel, dass die Abwehr der Resser immer wieder vor größte Probleme stellte. Wenn man etwas kritisieren musste, in dieser Phase, dann war es der Torabschluss. Leider ließen wir zunächst viele gute Torchancen liegen. Bis zur 14. Spielminute. Da konnte der Schlussmann der Middelicher einen Schuss von der Strafraumgrenze nicht festhalten und der aufgerückte Jason Mazur war zur Stelle, um den Abpraller aus wenigen Metern über die Torlinie zu bugsieren. 0 – 1! Jetzt war der Bann gebrochen. Nur 10 Minuten später fand Mustafa Yasar mit seinem Pass in die Tiefe zum einen das Loch in der Abwehr der Hausherren, zum anderen auch Patrick Willam, der mit seinem Rechtsschuss aus 13 Metern dem Keeper keine Abwehrchance ließ. 0 – 2!

Was dann ablief, war eine Fußballdemonstration. Trotz der Führung war unser Team heiß und aggressiv in den Zweikämpfen, ballsicher im Spielaufbau, der immer wieder über Noel Donner, Mustafa Yasar, Jason Masur und Tobi Bahlmann sehr ideenreich beim Spiel in die Spitze war. Kapitän Christian Czedzak konnte vom Gegner nie ausgeschaltet werden, war immer anspielbar und verstand es immer wieder die aufrückenden Aussen Patrick Rosenberg oder Julien Jeroschewski in Szene zu setzen. Der nächste Treffer fiel jedoch nach einer Standardsituation. Mustafa Yasar brachte in der 31. Minute einen Eckball von der rechten Seite nach innen. Der Ball wurde zunächst abgewehrt, kam jedoch wieder zu Mustafa und der schlenzte das Leder nun genau in den Lauf des zum kurzen Pfosten startenden Julien Jeroschewski. Gegen seinen Kopfstoß hatte der Keeper keine Abwehrchance und es stand 0 – 3. Das sollte aber noch nicht alles sein. Denn nur drei Minuten später verloren die Gastgeber den Ball wieder im Mittelfeld, Jason Mazur spielte schnell nach vorne auf Christian Czedzak, der seinen Gegenspieler bereits abgeschüttelt hatte, nun noch einen Abwehrspieler, dann den Torwart ausspielte und letztlich das Leder ins leere Tor schob. 0 – 4. Ein Debakel deutete sich für die wacker kämpfenden und bis 30 Meter vor unserem Tor auf ganz gut spielenden Hausherren an. Bis zur Pause passierte dann jedoch nichts zählbares mehr, obwohl wir auch in dieser Phase noch die eine oder andere Torgelegenheit hatten.

Zur Pause wechselte unser Trainer, Thomas Kania, aus. Für den leicht angeschlagenen Patrick Willam kam Adam Targonski in die Sturmmitte.

Auch der Trainer der Hausherren, Frank Borkowitz, wechselte aus. Er brachte gleich drei neue Spieler und diese Auswechselungen sollten sich bemerkbar machen.

In der zweiten Hälfte präsentierten sich die Hausherren erheblich lauffreudiger und flexibler. Gleichzeitig nahm unsere Mannschaft auch ein paar Gänge raus und so entwickelte sich eine etwas ausgeglichenerere zweite Spielhälfte. Aber auch hier setzte unser Team das erste Ausrufezeichen. Nach Foulspiel an Adam Targonski entschied der

Unparteiische auf Freistoß für uns. Halblinke Position, ca. 20 Meter Torentfernung. Christian Czedzak nahm Maß und krönte seine starke Partie mit einem Schlenzer flach in die Torwartecke. Genau neben dem Pfosten schlug das Leder zur Überraschung des Schlussmannes ein. 0 – 5! Weitere gute Chancen wurden in der Folgezeit leider nicht genutzt. David Willam zog gleich zweimal in aussichtsreicher Position den Ball über das Tor und auch Tobi Bahlmann traf mit seinem Kopfball nach einer Ecke nicht das Gehäuse. Auf der Gegenseite musste sich Thorsten Bauer ganz lang machen, um einen tollen Schuss, flach in die lange Ecke, mit den Fingerspitzen noch um den Pfosten zu lenken. Kurz vor Ende der Partie stand Thorsten noch einmal im Mittelpunkt, als er von einem Resser Spieler hart angegangen wurde und der Unparteiische entweder dieses Foul oder das Verhalten des Resser Akteurs bei der anschließenden Rudelbildung mit der roten Karte quittierte. Letztlich ging die Partie mit dem hochverdienten 0 – 5 für die Rotthäuser Farben zu Ende. Zum nächsten Spieltag, am 02.11.2012 erwarten wir um 14.30 Uhr das Team von BW Gelsenkirchen auf der heimischen Reihe. In diesem Spitzenspiel erfolgt eine wichtige Weichenstellung zum Abschluss der Hinrunde.

Wacker Gladbeck - DJK TuS Rotthausen II 4 - 2 (3 - 1)

Durch zu viele unnötige Fehler bringt sich unsere Mannschaft selbst auf die Verliererstraße

An diesem Sonntag reiste unsere Zweitvertretung wieder mal nach Gladbeck, wo der Tabellennachbar von Wacker Gladbeck auf die Schützlinge unseres Trainerduos Dave Hendann und Bastian Wernscheid wartete. Aufgrund kurzfristiger Ausfälle standen nur 12 einsatzfähige Spieler zur Verfügung. Auf dem nassen und matschigen Aschenplatz wollte man zunächst defensiv auftreten und aus einer tiefstehenden Abwehr auf Konterchancen für die schnellen Angreifer warten. Von Beginn an zeigte unsere Mannschaft jedoch ungewohnte Schwächen im Spielaufbau und schaffte es kaum, den Ball über zwei oder drei Stationen in den eigenen Reihen zu halten. Bereits in der dritten Minute konnten die Gastgeber eine Unsicherheit unserer Mannschaft nutzen und durch einen Distanzschuss von der Strafraumgrenze in Führung gehen. In der Folgezeit brachte unser Team das zweifelhafte Kunststück fertig, nahezu jeden ruhenden Ball einem Gladbecker Spieler in die Füße zu spielen, so wurde jeder eigene Freistoß im Mittelfeld und jeder Abstoß zur Gefahr für das eigene Tor. Mit einer solch hohen Fehlpassquote ist in dieser Liga leider nicht zu bestehen und so bestraften die Gastgeber nach 23 Minuten einen erneuten Fehlpass mit dem 0 – 2 aus Rotthäuser Sicht. Nur wenige Minuten später konnte Besir Simsek einen der wenigen gelungenen Spielzüge mit einem platzierten Schlenzer zum Anschlusstreffer abschließen. Die Freude über diesen Treffer dauerte jedoch nur fünf Minuten an, denn in der 34. Spielminute stellten die Hausherren den alten Abstand wieder her. Mit dem 3 – 1 ging es in die Pause.

Diese nutzte unser Trainergespann für einige Umstellungen. Durch die nun defensivere Rolle des vorherigen Spielmachers Tobi Klein sollte mehr Ballsicherheit und Passgenauigkeit im Mittelfeld erzeugt werden. Kapitän Emin Isbilen rückte aus der Sturmspitze zurück ins offensive Mittelfeld, wo er mehr Spielanteile bekommen sollte.

Im zweiten Durchgang sahen die wenigen Zuschauer zunächst eine ausgeglichene Begegnung, wobei unsere Mannschaft nun mehr Spielanteile hatte und auch die einige Torchancen herausspielen konnte. In der 60. Minute spielte Besir Simsek einen langen Pass hinter die aufgerückte Abwehrreihe der Gladbecker. Dennis Redel ging dem Ball hinterher und sah den gegnerischen Torhüter ebenfalls heraneilen. Aus vollem Lauf hob Dennis das Leder über den machtlosen Keeper hinweg zum sehenswerten Anschlusstreffer. Die beste Chance zum Ausgleich vergab Justin Jeroschewski, der freistehend aus acht Metern am Tor vorbeischoss. Nach 72 Minuten erhöhte der Gastgeber auf 4 – 2. Nun warf unsere Mannschaft alles nach vorne. Christian Schauf ging aus der Innenverteidigung in die Sturmspitze und sollte durch seine Kopfballstärke für Torgefahr sorgen. In den Schlussminuten ergaben sich auch noch einige Chancen. Basti Boumann köpfte aus kurzer Distanz neben das Gehäuse, Reik Pollberger stand bei einem Pass von Tobi Klein knapp im Abseits und ein Schuss von Dennis Redel konnte der Torhüter abwehren. So blieb es letztlich bei der verdienten Niederlage, die vielleicht um ein Tor zu hoch ausfiel. Kämpferisch kann man der Mannschaft keinen Vorwurf machen. Die Zweikämpfe wurden angenommen und häufig auch gewonnen, die hohe Anzahl an unnötigen Ballverlusten ließ letztlich aber kein besseres Ergebnis zu.

Weiter geht es für unsere Zweitvertretung am Sonntag den 02.12.2012. Am letzten Hinrundenspieltag empfängt unsere Mannschaft den Tabellendreizehnten Westfalia Buer.

Anstoß ist um 12.45 Uhr auf der heimischen Sportanlage Auf der Reihe.

SpVgg. Middelich-Resse II - DJK TuS Rotthausen III: 5 – 1 (1 – 1)

Wir konnten nur eine Halbzeit mithalten

Weiterhin fehlte unserer Drittvertretung der Torwart. Wieder stellte sich Wolle Thiel zwischen die Pfosten. Auf dem schweren Boden in Resse präsentierte sich unser Team zunächst auf Augenhöhe mit den Gastgebern. Trotzdem gingen die Hausherren mit 1 – 0 in Front. Wir konnten aber bereits vor der Pause noch den verdienten Ausgleich erzielen. In der zweiten Halbzeit konnten sich die Hausherren jedoch immer besser in Szene setzen. Sie drängten und drückten auf den Führungstreffer, während wir uns nur noch auf Konter verlegen konnten.

In der 62. Minute passierte es dann. Björn Brunner konnte auf der Torlinie für den bereits geschlagenen Wolle Thiel nur noch mit der Hand klären. Dafür sag er die rote Karte und

den fälligen Strafstoß verwandelten die Hausherren zum 2 – 1. Nun mussten wir die Abwehr zunehmend lockern. Dies nutzten die Resser und erzielten sich jetzt eine Vielzahl von Torchancen. Bis zum Schlusspfiff des Unparteiischen sollte der Ball noch gleich dreimal in unserem Gehäuse einschlagen. Ein bitteres 5 – 1!

Am 02.12.2012 erwarten wir zum nächsten Heimspiel das Team von BW Gelsenkirchen II auf der heimischen Reihe. Anstoß ist dann um 12.45 Uhr.

Bilder vom Sonntag in Middelich



Christian Czedzak versenkt den Freistoß vorbei an der ziemlich offenen Mauer des SV Middelich – satt rauscht der Ball ins Schwarze und schüttelt die Regentropfen aus dem Netz – Der Keeper kann nur noch schauen...







Thorsten sieht, dass seine Abwehr erfolgreich war, der Ball läuft ins Toraus zur Ecke.





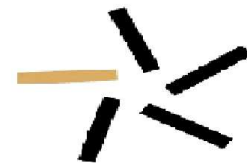
Am kommenden Sonntag sind keine Fußballspiele wg. des stillen Feiertags. Lediglich der Bundesligaspieltag findet wie gewohnt statt. Nicht in allen Bundesländern ist Totensonntag.



Rückblick - Gelsenkirchen
am 18. Mai 2008

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

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 SG, Sportanlage Oststraße
dienstags, donnerstags und sonntags



SF Bulmke, Sportplatz Plutostraße
freitags und sonntags

Gefördert durch:



Pastor Franke Straße 9 · 45894 Ge-Buer
Telefon 0209/3 23 29 · Fax 0209/3 23 54



Homepage

Ausschreibung

Anmeldung

Meldeliste

Ergebnisse 2008

Ergebnisse 2009

Ergebnisse 2010

Ergebnisse 2011

Ergebnisse Urkunden 2012

**Der Club des
Bulmker
Sportpartners,
Nihat
Göktas:**

**Das
AYYO
Team
Essen
lädt
zum
12. Int.
ATATÜRK
Lauf
ein. Am
25. Mai
2013**

Einladung zum 12. Internationalen Atatürklauf



Am 25. Mai 2013 lädt das Ayyo Team Essen e. V. zum 12. Internationalen Atatürklauf nach Essen ein.

In diesem Jahr inkl. Kreismeisterschaft über 10km!

Der Start/Zielbereich liegt an der Altenessener Strasse bei der Sportanlage Lohwiese. Gelauf wird entlang des Emscherkanals durch den Emscherpark mit Wendepunkt im Nordsternpark Gelsenkirchen. Also ein 2 Städte Lauf! Die Strecke ist amtlich vermessen und ein Streckenprotokoll ist vorhanden. Im Rahmen der Veranstaltung werden die Kreismeisterschaften ausgetragen.

Preise gibt es wie in den Jahren zuvor. Der Hauptpreis ist auch in diesem Jahr eine Teilnahme am Öger Marathon (Flug und Teilnahmegebühr) in die Türkei.



**Veranstalter:
Ayyo Team Essen e. V. Sportanlage Lohwiese
Ort/Anfahrt: Karnaper Str. 20 45329 ESSEN**

Anmeldung unter <http://www.outdoor-delta.de/index.php?id=110>