



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**



SPORT
OHNE
DOPING

Fußballextra seit 1984 - Saison 2012/2013 - Laufende Nr. -030 vom 16. Apr. 2013

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

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



TuS Rotthausen 1910 "Auf der Reihe" gegen FC Schalke 04

Ein Foto aus dem Archiv von Mone mit dem Kommentar: „Das ist TuS Rotthausen.....hier mal ein Auszug aus den damaligen Vereinsnachrichten von 1978... **Schalke 04 Lizenzmannschaft in Rotthausen** ...Kurzfristig angesetzt, doch umso freundlicher empfangen konnten wir die "Blau-Weiße Mannschaft" zu einem Freundschaftsspiel. Für die Zuschauer war diese Spiel eine

Augenweide, denn es kam die 1. Garnitur zum Einsatz...Fairness und Freude am Spiel zeichnete beide Mannschaften aus...Es war eher erfreulich, das nur eine 7-1 Niederlage herauskam...Durch diese Einstellung der Schalcker Mannschaft hat sie sich in Rotthausen viele Freunde gemacht. Mein Dad hat damals auch mal für die Traditionsmannschaft von Schalke gekickt, als die mal zu wenig Spieler hatten rief Rolf Rüssmann bei uns an und ich ging ans Telefon...er fragte nach meinem Dad und ich sagte nur " mein Papa kann gerade nicht, er ist im Bad!"



**Herzlichen Glückwunsch an Herrn Tax zum Geburtstag.
Verbunden mit einem Dankeschön für die
jahrzehntelange Förderung des Sports in Gelsenkirchen.**





• [Sieghard Tinibel](#) Liebe Freunde, Ich habe immer nach dem Motto gelebt:
Sport ist zur körperlichen Ertüchtigung und zur geistigen Entspannung bestens geeignet,
denn Sport verbindet alle Menschen, wenn sie sportlich fair miteinander umgehen.

I have always lived by the motto:
Sport is for physical training and mental relaxation ideal,
because sport unites all people when they deal with each other fairly athletic.

Anschlag beim Boston Marathon erschüttert die Sportszene weltweit!

Mehrere Bomben - Tote und Verletzte



• [Sieghard Tinibel](#) über facebook zu den Freunden des Gelsenkirchenmarathon

Schrecklich ... mir fehlen die Worte. Was wollen solche Chaoten damit deklariieren, wenn sie friedliebende Leichtathleten und Zuschauer mit Bomben verletzen und gar töten. Erreicht der Terrorismus eine neue Dimension? Ist man jetzt überall, wo mehrere Menschen sich am Rande oder auf den Rängen einer Sportveranstaltung versammeln mehr sicher??? Mein Mitgefühl geht nach Boston... mögen die Sicherheitskräfte die Übeltäter bald dingfest machen... ganz ganz schlimme Sache

Terrible ... I have no words. What do these anarchists declare that if they violate peace-loving athletes and spectators with bombs and even kill. Reached a new dimension of terrorism? If you now wherever several people on the margins or in the stands of a sporting event gathered more secure? My condolences goes to Boston ... like the security forces have apprehended the culprits soon ... very very bad thing

USA: Explosion beim Boston-Marathon - mehrere Verletzte - SPIEGEL ONLINE

www.spiegel.de

Beim Marathonlauf in Boston ist es in der Nähe des Ziels zu mindestens einer Explosion gekommen. Fernsehbilder zeigen Zerstörungen und eine Rauchwolke. Mehrere Menschen wurden verletzt. Die Ursache ist

Baustelle an der Plutostraße verhindert den Wettbewerb beim 1. Int. Gelsenkirchener Walkingday am 1. Mai...



Erklärung zu den Anmeldungen beim 1. Int. Gelsenkirchener Walkingday am 1. Mai 2013.

Lieber Sportkamerad Paul,

ich freue mich sehr über Deine Anmeldung und hoffe, dass ich im letzten Moment noch eine Strecke erhalte. Es sieht aber höchstwahrscheinlich so aus, als würde ich von der Sportanlage geschlossen mit einer Gruppe durch den Bulmker Park zu einem noch nicht feststehenden Startpunkt gehen müssen ohne einen Wettbewerbscharakter stattfinden zu lassen. Eine Riesenbaustelle vor der Sportanlage macht es nicht möglich von der Sportanlage aus zu starten. Von der hiesigen Polizeibehörde bekomme ich auch kein grünes Licht zu einem unbedingt unter Wettbewerbsbedingungen notwendigen Straßenseitenwechsel.

Wenn es nun gar nichts wird bis dahin mit einem Durchführen der Sache wie angedacht und auch westfalenweit ausgeschrieben, muss ich mit allen Leuten nach dem Bambini-Lauf gegen 14:20 Uhr mit allen Walkern und Läufern geschlossen zu einem Startpunkt gehen, den ich noch festlegen werde. Wie lang die Distanz dann sein wird muss ich noch ausmessen... Du siehst es ist nicht so einfach in Gelsenkirchen Sport zu treiben, wenn man nicht gerade FC Schalke 04 heißt.

Auf jeden Fall werden wir aber geschlossen zu einem Startpunkt und zu einer Strecke im Bulmker Park gehen. Diese Strecke kann ich aber erst in letzter Sekunde... also möglichst am Tage selbst... verbindlich bekannt geben.

Wie gesagt eine Anmeldung ist nicht nötig... achte einfach auf www.Gelsenkirchenmarathon.de Dort gebe ich rechtzeitig alle Details bekannt. Aber beim Improvisieren der Veranstaltung wird es wohl bleiben müssen. Komme mit so vielen Leuten wie Du kannst. Es wird schon ein schöner Maifeiertag werden auf der Sportanlage an der Plutostraße... auch nach dem Lauf, denn das Jugendheim neben der Sportanlage hilft tatkräftig mit den Tag zu gestalten. Im Mittelpunkt wird

der Gelsenkirchener Bambinimarathon stehen, den man auf der Sportanlage für Kinder im Vorschulalter durchführen kann. Motto ist wie immer dabei „Schütz die Kinder Deiner Stadt!“



Alles Gute im Sport. Ich erinnere mich daran, dass wir uns zum ersten Mal - glaube ich - so um 2006 gesehen haben im Sport „Auf der Reihe“. Leider hat man mich durch Begehrlichkeiten von der Gelsenkirchener Veranstaltung inzwischen ausgegrenzt. Der Int. Gelsenkirchener Walkingday ist eine weitere Veranstaltung die das Projekt gegen Doping und Drogen im Sport sichern soll. So auch der Gelsenkirchener Neujahrslauf mit dem DFB-Cooper-Lauf im Gesundheitspark-Nienhausen.

Gruß Sieghard

Alle weisen so langsam auf ihre kleinen und großen Events hin - Hier die Kettwiger...



Thomas Gorczyca postet auf facebook:

Langer Sonntagslauf auf Spuren des Vivawest-Marathons

Thomas Gorczyca von der Erler SG: Langer



Sonntagslauf auf den Spuren des Vivawest-Marathon

Bei herrlichem Wetter absolvierte die große Langlaufgruppe der Erler-Sportgemeinschaft ihr Sonntagstraining auf der Halbmarathonstrecke des anstehenden Vivawest-Marathons. Erkundet wurde das Streckenprofil, sowie verschiedene Highlights, wie Zeche Zollverein und BuGa-Park. Mehr dazu auf der Erler facebook Seite...



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

SPORT VERBINDET ALLE MENSCHEN < > KEINE MACHT DEN DROGEN

Am 1. Mai > 1. Int. Gelsenkirchener Walkingday im Tossehof und Bulmker Park

Am 12. Mai > VIVAWEST-MARATHON mit Start und Ziel - City Gelsenkirchen

18./19. Mai > 1. Jugendvolkslauf - Pfingstjugendtreffen - Trabrennbahn Gelsenk-Feldmark

25. Mai > 5. Neurolauf - Kirchviertel-Gelsenkirchen und Stadtpark

25. Mai > 12. Int. Atatürk Lauf - AYYO-Team Essen

Am 23. Juni > RunnersPoint - Runningday - Veltins-Arena - Gelsenkirchen

Klick Sport+Musik+Runningday mit RUNNERSPOINT am 23.Juni

Am 06. Juli > Abendvolkslauf Gelsenkirchen-Ückendorf Klick

Am 20. Juli > Erler SG Kirchturmmarathon - Sportanlage Oststraße

Am 13. Oktober > 6. Brustzentrumslauf - Start an der Gesamtschule Berger Feld

Am 1. Jan. 2014 > 4. Neujahrslauf im Gesundheitspark-Nienhausen - Start 14:00 h

Florian Beckenbauer, 1. Vorsitzender der KMDD Kampagne, Neffe des legendären Kapitäns der Deutschen Nationalmannschaft Franz, übersendet pünktlich wie in allen Jahren zu den Gelsenkirchener Veranstaltungen den Flyer mit Hinweisen auf Aktionen von www.KMDD.de Im Gelsenkirchenmarathon weigerte man sich bekanntlich nach dem Diebstahl der Veranstaltung das Projekt mit KMDD weiterhin zu unterstützen...



Ab sofort suchen wir wieder 300 Jugendliche, die Lust haben, an einem **kostenlosen** Abenteuercamp teilzunehmen!
Jetzt bewerben unter www.kmdd.de



AKTIV GEGEN
SUCHT UND GEWALT

GEMEINNÜTZIGER FÖRDERVEREIN E.V.

KEINE MACHT DEN DROGEN - HÖCHLSTR. 4 - 81675 MÜNCHEN

Herr
Siegward Tinibel
Chaudronstr. 29
45884 Gelsenkirchen

München, 09.04.2013

Jetzt anmelden: Adventure Camps 2013!

Sehr geehrter Herr Tinibel,

seit über zwanzig Jahren leistet KEINE MACHT DEN DROGEN erfolgreiche Präventionsarbeit. Unsere Präventionsprojekte sind interessant und spannend gestaltet und – sie machen Spaß:

Zum achten Mal in Folge veranstaltet KEINE MACHT DEN DROGEN e. V. auch in diesem Jahr wieder drei Adventure Camps. Diese finden in Bayern und Niedersachsen mit insgesamt 300 Teilnehmern statt, zwei davon in Neuburg a. d. Donau und eines in Verden a. d. Aller. Im "Sich-selbst-Erleben" und im intensiven Austausch mit Gleichaltrigen holen sich die Kids Selbstvertrauen sowie ein gesundes Selbstwertgefühl und erfahren Wissenswertes zum Thema Sucht und Abhängigkeit.

Ab sofort können sich **Kinder und Jugendliche von 11 bis 15 Jahren** wieder für die **kostenlosen Zeltlager** im Mai 2013 bewerben!
Weitere Informationen zu den Adventure Camps entnehmen Sie dem beiliegenden Flyer sowie unserer Website www.kmdd.de.

Wir freuen uns auf eine rege Teilnahme!

Mit freundlichen Grüßen,

Florian Beckenbauer
Geschäftsführung

Es werden wieder 300 Adventure-Camp-Plätze an Kinder und Jugendliche vergeben. Kostenfreier Urlaub im Zeltlager. Mehr mit Bewerbungsmöglichkeit unter www.kmdd.de

KEINE MACHT DEN DROGEN GEMEINNÜTZIGER FÖRDERVEREIN E. V. • HÖCHLSTRASSE 4 • 81675 MÜNCHEN
TELEFON: (089) 29 19 33 - 5 • FAX: (089) 29 19 33 - 99 • E-MAIL: INFO@KMDD.DE • INTERNET: WWW.KMDD.DE
VEREINSREGISTER DES AMTSGERICHTS MÜNCHEN, VR 15574 • STEUERNUMMER 143/217/90136
UniCredit Bank AG - HypoVereinsbank 700 202 70 • Geschäftskonto Nr. 640 027 400 0 • Spendenkonto Nr. 640 666 666 0

ABENTEUURER GESUCHT



ADVENTURE CAMP

2013

11-15 JAHRE? DANN
BEWIRB DICH UNTER
www.kmdd.de
DIE TEILNAHME IST KOSTENLOS



CAMP 1

17.-19.05.2013

Neuburg/Donau

CAMP 2

20.-22.05.2013

Neuburg/Donau

CAMP 3

24.-26.05.2013

Verden/Aller

In Kooperation mit



unterstützt von



ausgezeichnet durch

Deutschland
Land der Ideen



Ausgewählter Ort 2010

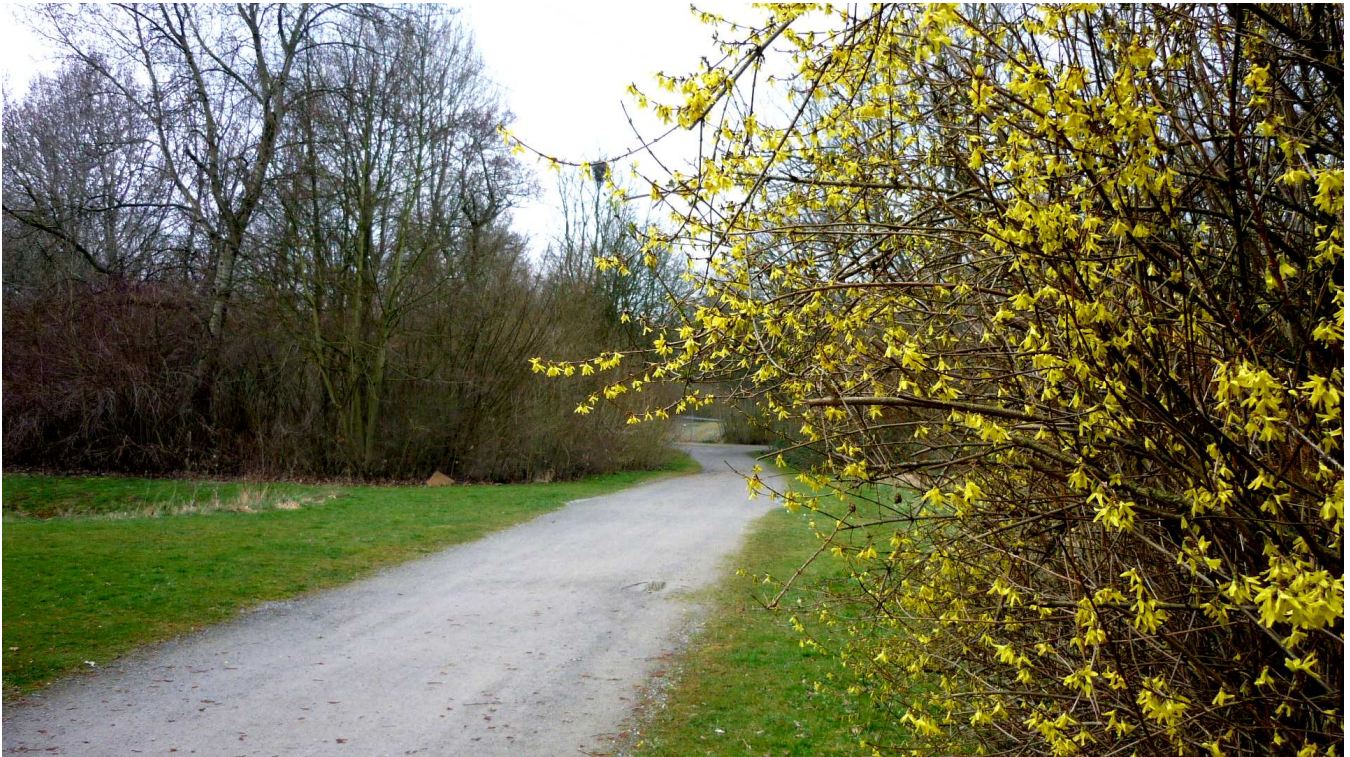


Von Sieghard Tinibel

Start zum Run Up 2013

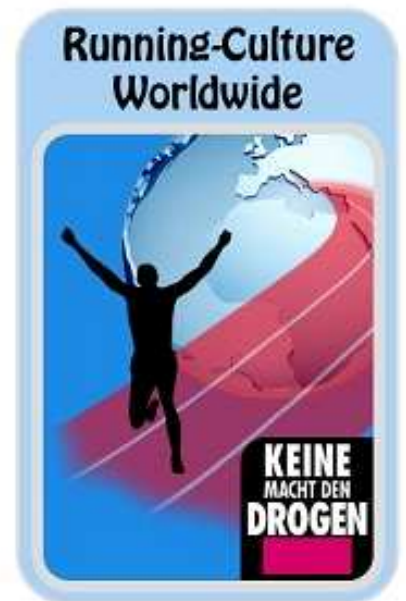


Antje und Norbert aus Moers beim Start ganz vorne: Start des DFB Cooper Lauf 2013. Vorne rechts ermöglicht eine größere Uhr für alle Teilnehmer im Video ihre gelaufene Zeit durch Screenshot zu dokumentieren. Dadurch können alle Laufsportwettbewerbe völlig kostenlos für die Starter durchgeführt werden.





Starter beim DFB-Cooper-Lauf aus Dresden, Suhl (Thüringen), Moers und der Nachbarstadt Gladbeck...



Eine neue Uhr – gesponsert von der Rosen-Apotheke in Gelsenkirchen – soll mithilfe auf das Projekt im Sport mit dem DFB-Cooper-Lauf gegen Doping und Drogen weltweit hinzuweisen. Mit Videoaufnahmen und deren Ausstrahlung über Sieghard Tinibels Internet-Kanal www.Youtube.com/fussballEXTRA sollen sportlichen Leistungen künftig dokumentiert werden können. Diese Art der Dokumentation macht es sogar möglich, dass Sportler/Sportlerinnen kostenlos an einer Sportveranstaltung teilnehmen können. Die angestrebte Laufsportkultur ohne jegliches Doping im Sport und auch der Konsum von Drogen aller Art am Rande von Sportveranstaltungen, war immer das Ziel im Gelsenkirchener Volkslauf, so wie Sieghard Tinibel ihn aufgrund der damaligen Aktenlage im Schwerbehindertengesetz – heute dürfte das nicht anders sein - im Versorgungsamt Gelsenkirchen konzipiert und jahrelang durch sein Engagement finanziert hatte. Um noch unabhängiger auf dieses hehre Thema hinweisen zu können, wurde diese neue Art der Dokumentation einer sportlichen Leistung von Sieghard

Tinibel ausgedacht, die aber noch verbessert werden muss. Es gibt nun diese neue Art der Zeitnahme, die natürlich nicht zur Dokumentation von Rekorden tauglich sein wird... aber wer will bei einem Volkslauf – bei dem die Streckenlängen meist nicht stimmen – schon einen Rekord laufen?

Für seine Kreativität im Amt immer noch in guter Erinnerung und bestens bekannt, von daher auch bei seinen Kolleginnen und Kollegen noch heute beliebt, will Sieghard Tinibel nun auch damit versuchen, keine Begehrlichkeiten mehr im Sport in den Reihen der Veranstalter aufkommen zu lassen. Denn mit der Zeitnahme fing das Dilemma im Gelsenkirchener Laufsport an, welches Tinibel bekanntlich von seiner eigenen Veranstaltung ausgrenzte, nur weil ein paar unehrliche Kameraden sein Vertrauen missbrauchten.

Mit einem Youtube-Video und einer großen Uhr kann Sieghard Tinibel künftig alleine jede Laufsportveranstaltung steuern und die sportlichen Leistungen dokumentieren. Somit braucht er auch keine Bedenken mehr zu haben, dass unehrliche Muttersöhnchen und verlogene Kameraden ihm in den Rücken fallen und sein Projekt gefährden. Folgedessen kann auch das Projekt innerhalb der Sportveranstaltungen nicht mehr abgewürgt werden.

Je näher der Tag rückt an dem der Gelsenkirchener Volkslauf durchgeführt werden soll --- eigentlich ist es ohne das Projekt korrekterweise der Rotthausener Volkslauf --- findet nicht nur Sieghard Tinibel alleine es traurig genug, dass durch Begehrlichkeiten eine Veranstaltung dieser Kategorie mit den hehren Grundgedanken von „Erbsenzählern“, die mit echtem Sport gar nichts anzufangen wissen, zerstört werden kann.

Wenn man nun so will, fing das Dilemma mit der Zeitnahme im Volkslauf an, denn der Sportkamerad der die Zeitnahme durchführte wollte alles wissen, um einen Datenflussplan den Tinibel eigentlich schon fertig hatte, ganz neu mit der neuesten digitalen Technik aufzuzeichnen. Das war 1997 und zu 1998 wertete der Sportkamerad zum 1. Mal selbst mit eigenem Programm aus, welches er sich lobenswerterweise, als Informatiker dazu ausgedacht hatte. Der gleiche Sportkamerad sorgte dann mit anderen „Erbsenzählern“ des DJK TuS Vorstandes im Jahre 2012 dafür, dass man Sieghard Tinibels Projekt im Volkslauf zerstörte und ihn aus Begehrlichkeiten an der PR-Kraft des Volkslaufs aus dem Verein warf – nach 50 Jahren Mitgliedschaft. Eigentlich dürfte sich Sieghard Tinibel nicht darüber wundern, denn der Kenner der Sportszene in Rotthausen, weiß durch seine jahrelange Vorstandsarbeit (seit 1978) zu Genüge wie der politische Hase in Rotthausen läuft, der vom Ortslobbyisten und Immobilienriesen gegängelt wird. In Rotthausen ist daher der Sport ähnlich mit Brisanz zu sehen wie bei vielen großen Sportvereinen Gelsenkirchens, in denen Politiker und Immobilienmanager mitmischen.

Wenn Sieghard Tinibel nun im Vorfeld der Veranstaltung am kommenden Samstag, den 20. April nur daran denkt, wird ihm angesichts der Ungerechtigkeiten alleine schon schlecht.

Den Leuten, die die Begehrlichkeiten an der Veranstaltung haben, scheint das aber nicht viel auszumachen. Sie treiben weiterhin im Verein ihr sportliches Unwesen und zerstören weiterhin die ehemals intakte Sportstruktur beim Volkslauf durch ihren Ehrenamts-lobbyismus. Durch Mitgliedschaften im Presbyterium der Evangelischen Kirche Rotthausen oder Mitgliedschaft bei den „Piusbrüdern = die verlogeneren Sorte anständiger katholischer Christen“ im Kolpingverein Rotthausen, im Bunde mit den „Sportpiraten“ vom Bürgerverein

Rotthausen, sorgen die Leute nun weiterhin für Unordnung und Verunglimpfung von gestandenen Sportlehrern wie es Sieghard Tinibel seit 1978 ist.

Rotthausener Vorort-Politiker schauen zu und freuen sich sogar darüber, dass es dem Immobilienriesen, dem sie alle huldigen, zu gelingen scheint, sich durch solch ein billiges „Schnäppchen“ eine gereifte Veranstaltung mit der gesamten PR-Kraft unter den Nagel zu reißen. Tinibel nennt es nach wie vor Kameradendiebstahl mit Projektzerstörung. Da kann die Seite der Begehrer ihre guten Absichten noch so herausstellen wie sie möchten. Kein Mensch glaubt mehr an den Quatsch den sie verzapfen. Hoffentlich kommt bald dazu die Quittung aus Düsseldorf, denn FLE wird natürlich erst Recht nach der Eingabe an das Ministerium dort gesehen.

Heute denkt Sieghard Tinibel sogar, dass es schon bei den ersten Erklärungen in den Köpfen der Pius-Brüder Rotthausens reife, sich die Veranstaltung irgendwann zu kapern. Wirklich mitgeholfen haben sie über die ganze Zeit nie... im Gegenteil. Wenn Tinibel auf der Strecke die Löcher stopfte und die Zweige am Streckenrand im Park kürzte, lächelten manche nur müde dazu. Aber das wird sich alles noch herausstellen was wirklich gespielt wurde, denn auch die lange Verzögerung der Fusion mit DJK und TuS kommt auf den Prüfstand.

Dass heutzutage immer mehr geklaut wird und man sogar im Internet für Deusches Liedgut bei dessen Verwendung belangt werden kann, sagt schon alles aus über die neue Ehrlichkeit. Der Zeitgeistwandel ist also ein gefundenes Fressen für echte „Pius-Brüder“. Nach Lüge und Diebstahl kurz in den Beichstuhl, drei Vaterunser und die Sache ist vergessen und legitimiert.

Der GSF-Vorstand von DJK TuS mit der Besetzung der Ehrenamtslobbyisten wird sich nicht ändern. Zumindest nicht in sportlicher Hinsicht. Diese Tatsache wird mich zwingen einen eigenen Verein zum Schutze der hehren Themen im Sport zu gründen. Der Anfang dazu ist auf Facebook mit meinen Internetseiten www.gelsenkirchenmarathon.de www.fussballkondition.de und www.ruhrstadtmarathon.de sowie www.ruhrpottmarathon.de schon lange gemacht.

Ich hoffe, dass sich mir bald wieder meine echten Sportkameraden anschließen und einen unabhängigen Sportverein ins Leben rufen, der nicht den Zwängen der Gelsenkirchener Stadtpolitiker mit den Immobilienriesen unterliegt und der seine Existenz auf den echten Jugendschutz im Sport gründet.

Immer tatkräftig: DJK TuS Mäzen Alfred Verse



	<p>Gartenbaubetriebe Alfred Verse Hilgenboomstraße Telefon 0209 / 1377 13 Sponsor der DJK TuS 1910 Rotthausen</p>	
---	--	--

DIE ROTTHAUSER

„Die Rotthouser“ sind ein Schalke Fan-Club im „Haus Beckmann“
Sportlertreff der DJK TuS 1910 Rotthausen e. V.



„Nach dem Spiel ist jeder schlauer!“
- Die königsblau-weiße Ecke -



Motto: Fragt man die Leute nach dem Spiel wie ihnen das Spiel gefallen habe, wird man feststellen, dass jeder auf einem ganz anderen Sportplatz war und ein ganz anderes Spiel gesehen hat. Das ist das was Fußball auszeichnet und ihn als Volkssport so stark macht.

**Das Video über die Derbystimmung in der Fußballstadt ist fertig...
hier der Link <http://www.youtube.com/watch?v=BQ3eQ2xKReo>**

SF Bulmke gegen Erle 19 II 2:3



Endlich Frühling und Wärme – da kann man wieder zu den Plätzen radeln...



Aufwärmen mit Trainer Daniel Schmitke- die Teams kommen auf den Platz.



Trainer Michael Weigel und Trainer Daniel Schmitke beziehen ihre Positionen.



Tossehof-Ambiente mit Michael Weigel - Bulmkes Spielertrainer im Tor.



Einer für alle – alle für Einen!



Noch steht die Abwehr auch im Zentrum ganz gut und dicht...



Der umsichtig leitende Schiedsrichter korrigiert den Freistoßpunkt.



Max auf dem Wege zum 2:2 Ausgleich.



Mit dem Fahrrad auf dem Wege nach Hause durch den Stadtpark.

Sehr geehrter Herr Tinibel,

liebe Laufsportfreunde, wir haben eine aktuelle News, die Euch auch interessieren könnte.
Mit besten Grüßen,

Euer Running Day Team

Presseinformation

"SCHULFREI" BEIM RUNNERS POINT RUNNING

DAY 2013

3 Freistarts für Schülerstaffeln pro Schule

Recklinghausen, 16. April 2013. Kinder und Jugendliche der Jahrgänge von 1996 bis 2005 können beim diesjährigen RUNNERS POINT Running Day in der Veltins-Arena einen Freistart erhalten. **Pro Schule spendiert RUNNERS POINT Startplätze für bis zu drei Kinder- oder Schüler-Staffeln mit jeweils 5 Läufern für das Laufsportevent am 23. Juni.**

Dazu RUNNERS POINT Geschäftsführer Otto Hurler: "Laufen ist eine tolle Sportart und paßt für nahezu jedes Lebensalter. Mit unserer Freistart-Aktion speziell für Schulen möchten wir gerne einen Anreiz geben, um Kinder und Jugendliche an den Laufsport heranzuführen. Es wäre schön, wenn die Aktion auch im Sportunterricht zusätzliche Motivation für die eine oder andere Lauftrainingseinheit bringen könnte." Otto Hurler rechnet damit, dass besonders die Schulen aus der Region des Ruhrgebietes die Freistarts in Anspruch nehmen werden, bestätigt aber, dass Staffeln von Schulen aus dem ganzen Bundesgebiet zum Staffellauf in die VELTINS-Arena eingeladen sind.

Freistartkontingente stehen sowohl für den Barmer GEK Kinder-Staffellauf über 5 x 1 Kilometer (Jahrgänge 2006 bis 2001) als auch für die New Balance Runners Point Schülerstaffel über 5 x 5 Kilometer (Jahrgänge 2001 bis 1996) zur Verfügung.

Um in den Genuß der Staffel-Freistarts zu kommen, müssen sich die für die Staffeln zuständigen Lehrerinnen oder Lehrer auf der Staffellauf-Website (www.runnerspoint-runningday.de) unter der Rubrik Kinder- / Schülerstaffel über das Kontaktformular registrieren, dann erhalten sie umgehend alle weiteren Infos und Gutscheincodes zur Anmeldung.

Die Wettbewerbe im Überblick:

09:30 Uhr: **BARMER GEK Bambinilauf**

400 Meter für alles, was schon laufen kann. Auch mit Mama oder Papa an der Hand

10:00 Uhr: **BARMER GEK Kinderstaffel**

5x1-km-Staffellauf für Kinder von 8 bis 12 Jahren

(Jahrgänge 2005 bis 2001)

11:00 Uhr: **New Balance 10-km-Lauf**

10 km für Einzelstarter ab 12 Jahren

(Jahrgang 2001 und älter)

12:30 Uhr: **New Balance RUNNERS POINT Schülerstaffel**

5x5-km-Staffellauf für Jugendliche von 12 bis 17 Jahren

(Jahrgänge 2001 bis 1996)

12:30 Uhr: **New Balance RUNNERS POINT Staffellauf**

5x5-km-Staffellauf für Erwachsene

(Jahrgang 1995 und älter)

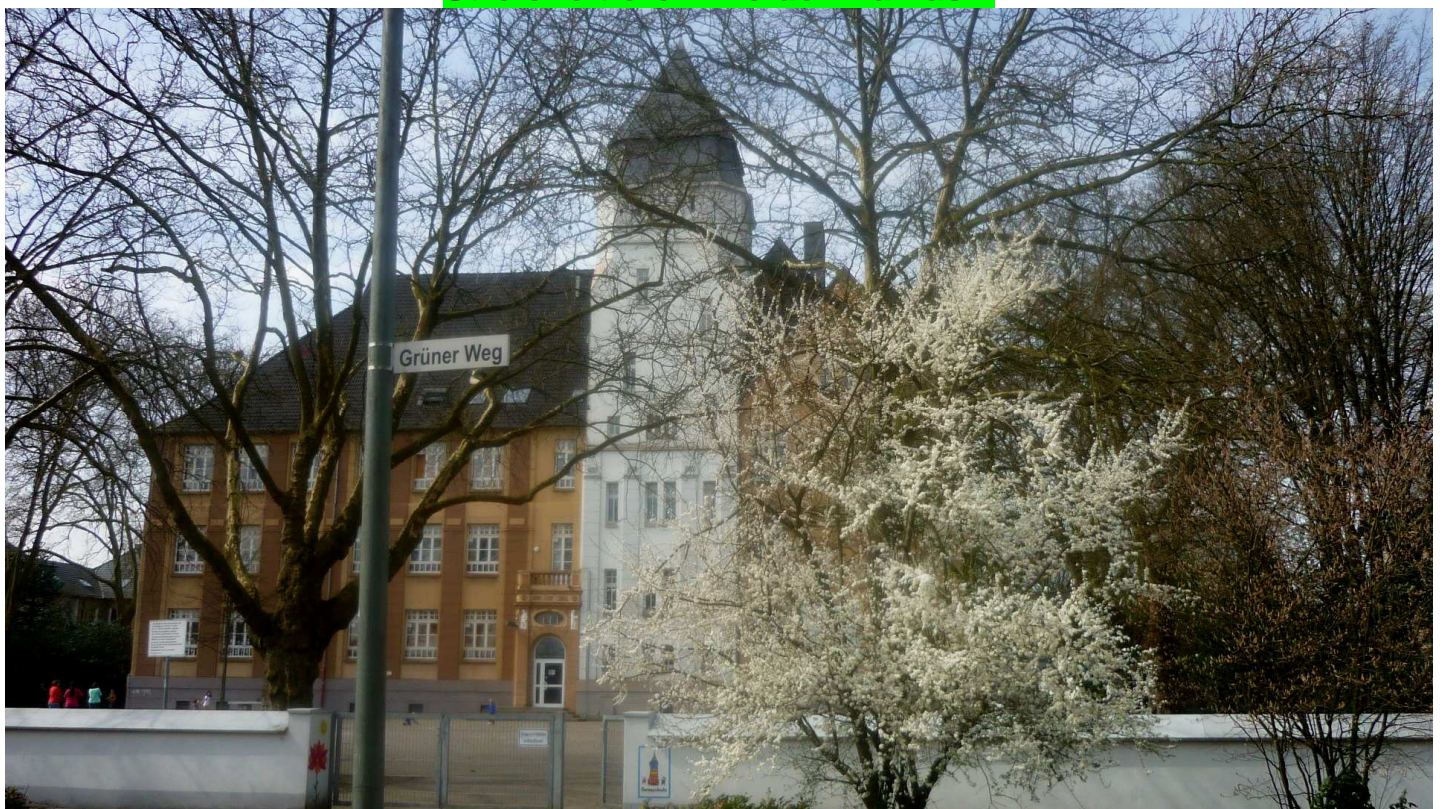
15:30 Uhr: **VELTINS Firmenstaffel**

3x5-km-Staffellauf für Erwachsene

(Jahrgang 1995 und älter)



Wird im Gesundheitspark-Nienhausen neu gestaltet. Die Kinderburg mit Streichtieren wie den Lamas...



Frühling in Rotthausen – Im Bild die altehrwürdige Turmschule.

Dialog über den Cooper-Test

Iris Gorczyca [hat dich in einem Kommentar in Erler-Sportgemeinschaft - Laufftreff erwähnt.](#)



[Iris Gorczyca](#)

14. April 13:14

@ [Sieghard Tinibel](#) Ist ja `ne tolle, lange Erklärung.... Aber dann wäre der Name "Tinibel-Test" eigentlich treffender! ;-)

Kommentarverlauf



[Sieghard Tinibel](#)

14. April 11:03

Ja Iris, es ist gut dass Du danach fragst... auf www.fussballkondition.de ist die Erklärung dazu.

Zur Entwicklung des DFB-Cooper-Laufs: Damals merkte ich schnell, als Fußballtrainer, dass die Laufbereitschaft ohne Ball immer mehr in den Hintergrund geriet.

Um es für alle etwas interessanter zu machen entwarf ich dann mit Hilfe von verschiedenen u. a. Hellmut Krug, FIFA Referee und Sportlehrer den Cooper Lauf der an den Cooper Test angelehnt ist.

Siehe die Leistungstabelle auf www.fussballkondition.de

Hier die Antwort der Sporthochschule Köln zu meiner Auslegung des DFB-Cooper-Laufs als Veranstaltungswettkampf... Gruß an alle Erler Sportler – Gerne könnt Ihr diesen Modus auch einmal übernehmen.

Strecke über 3,6 km anlegen und ab geht die Post... wer 3,6 zurücklegt in 12 – 13 Minuten kann sich mit der Grundlagenkondition eines Bundesligafußballers messen – diesen Stand hatte

Dr. Kenneth Cooper 1970 der Brasilianischen Mannschaft als Konditionstrainer „verordnet“ ... vom Torwart bis zum Linksaußen... Brasilien wurde bekanntlich Weltmeister bei dem Turnier in Mexiko.

Hätte jemand aus den Reihen des FC Schalke 04 diese Idee gehabt aus dem Cooper-Test eine Laufveranstaltung zu machen, wäre das schon lange ein

Fester Bestandteil im Sportgeschehen des DFB. Da es aber ein kleiner Sportlehrer aus Gelsenkirchen war, der nie in der Bundesliga spielte, gibt es nur

Gegenspieler zu dieser Idee ... sogar im eigenen Verein DJK TuS Rotthausen – mit Veranstaltungsdiebstahl, Projektzerstörung und Hinauswurf aus dem Stammverein nach 50 Jahren Mitgliedschaft.

Ich glaube aber an die Gerechtigkeit und die Fairness im Sport. Florian Beckenbauer, Neffe des berühmten Franz, fördert weiterhin die Kampagne als Vorsitzender von KMDD und ich denke, dass eines Tages auch der DFB-Cooper-Lauf gegen Doping und Drogen im Sport seinen „Siegeszug“ antritt. Vielleicht ist der Anfang dazu bei Euch in Erle. Gerne könnt ihr das Muster übernehmen...

Danke für die gezielte Nachfrage

Sportgruß an alle Erler und viel Erfolg beim VIVAWEST MARATHON...

Von: Hermann-Josef Stefes [<mailto:h.stefes@dshs-koeln.de>]

Gesendet: Freitag, 18. Mai 2012 10:24

An: Sieghard Tinibel

Sehr geehrter Herr Tinibel,

Zu Ihrer Abwandlung des Cooper-Tests: Diese Abwandlung ist sicherlich so durchführbar. Auch ein Cooper-Test stellt nur einen Orientierungswert dar, insofern kann man auch Ihren 3,6 km Test anwenden. (Wissenschaftlich betrachtet müssten natürlich einige Tests auf Objektivität, Reliabilität und Validität erfolgen, doch alle diese Punkte werden auch beim "alten" Cooper-Test nicht zu 100% erfüllt).

Man kann mit Ihren Werten aber arbeiten, gerade da man an Teams wie dem BVB oder Bor. MG sieht, wie laufintensiv der Fußballsport geworden ist.

Für die Bundesliga-Werte sind die Zeiten um 13 Minuten schon fast ein Muss (zumindest für Spieler mit Laufintensiven-Positionen). Für die niedrigeren Ligen, finden sich Werte, die auch mit dem Sportabzeichen-Normen vergleichbar sind und somit auch nicht aus der Luft gegriffen sind.

Also ohne eine 100%ige Wissenschaftlichkeit zu unterstellen, ist der DFB-Cooper-Lauf, als Orientierung durchaus anwendbar.

Ich hoffe Ihnen weiter geholfen zu haben.

Viel Erfolg

Hermann-Josef Stefes

Dipl. Sportwissenschaftler

<http://www.dersportwissenschaftler.de/>



[Iris Gorczyca](#)

14. April 08:58

Interessanter Videobericht (y) ...aber wie kann denn jemand bei Dir einen Cooper-Test in 15min, bzw. 17min „gewinnen“?? Beim Cooper-Test wird grundsätzlich nur 12 Minuten gelaufen.

Im Gegensatz zu anderen bekannten Ausdauertests muss man also nicht eine feststehende Streckenlänge bewältigen, sondern genau 12 Minuten laufen.

<http://de.wikipedia.org/wiki/Cooper-Test>

Ursprünglicher Beitrag



[Sieghard Tinibel](#)

14. April 06:24

RUN UP 2013 ... das Video dazu

<http://www.youtube.com/watch?v=9RkNiaW26HI>



[FLE - RUN UP 2013](#)