

	<h1>LAUFEN EXTRA</h1>	 	KEINE NACH DEN DROGEN
	<h1>FUSSBALL EXTRA</h1>	Fußballstadt Gelsenkirchen	
<p>1. Fußballonlinemitteilung Verantwortlich: Sieghard Tinibel Tel. 0209 13 61 81</p>		<p>- Seit 1984 - Anfänglich für sportliche und gesellschaftliche Mittelungen in den Vereinen: SF Bulmke 67 DJK Borussia Scholven DJK Sportfreunde Rotthausen 1910 DJK TuS 1910 Rotthausen</p>	S P O R T O H N E D O P I N G
<p>Gesunder Laufsport für alle in der Fußballstadt! Gelsenkirchenmarathon www.gelsenkirchenmarathon.de</p>		<p>DJK Adler Feldmark 1922</p>	
<p>Weltweit immer noch einmalig und nur im Westfalenland! Fußballer und Leichtathleten in einem Verband - FLVW</p>			

Fußballexta seit 1984 - Saison 2013/2014 - Laufende Nr. **+002** vom 30. Jul. 2013

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

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

Von Sieghard Tinibel **Der Internationale Gelsenkirchener Volkslauf...**

Freunde des Gelsenkirchenmarathon mehren sich in aller Welt... auch über facebook



Marathon der Nudisten in Argentinien



Gelsenkirchenmarathon - Int. Gelsenkirch... Info Veranstaltungen Fotos Dateien Benachrichtigungen

Facebook - Friendship Gelsenkirchenmarathon + NEW YORK Marathon



Veröffentlicht auf der facebook-Seite 45884 von Sieghard Tinibel bezüglich des Useraustauschs für das kommende Rotthausener Wochenende

Vor nicht allzu langer Zeit war das Geld im Rahmen der Veranstaltung eines Rotthausener Wochenendes gar kein Thema, weil es genügend Leute gab die einfach spendeten. Mit genügend Leuten meine ich solche wie den Bernhard Erckmann, den Alfred Verse oder auch mich. Alles Rotthausener Urgestein die freiwillig als Anrainer dabei waren ohne einen Pfennig zu nehmen. So habe ich zu früheren Zeiten des Öfteren das Wassergeld übernommen oder der Schimmel und andere bauten die Stände auf - Wirte und Kaufleute waren eh immer auch aus Eigeninteresse dabei, wenn es hieß: Stände aufbauen oder andere Dinge einzuspielen. Dazu muss ich sagen - auch weil man mir den Volkslauf geklaut hat für den ich seit 1985 im Vorfeld der Veranstaltung für den Sport in unserer Stadt gebettelt, gemanagt und PR gemacht und alle Kosten im Vorfeld selbst getragen habe, (Ergebnis 880 aktive Teilnehmer) und ich die erwirtschafteten Einnahmen immer den durchführenden Vereinen überlies - nicht weil ich blöde bin sondern weil ich mich bei den helfenden Menschen bedanken wollte, die auf diese Art mir als ehrenamtlicher Sportlehrer, mit einer seit 1978 ununterbrochen, gültiger Lizenz bei der Realisierung meines sportlichen Lebenswerkes halfen, eine sogenannte Sportkultur gegen Doping und Drogen in Szene zu setzen... geht dazu bitte auch auf meine Seite www.gelsenkirchenmarathon.de oder auch auf meine facebook Seite Karl Meyer Straße meine Heimat mein Sportrevier . Letztere habe ich nur geschaffen um die Wahrheit zu sagen und um die Kehrseite der Medaille im Sport aufzuzeigen, denn DJK TuS hat mich nach fünfzig Jahren aus dem Verein geworfen. Auch weil verschiedene Typen von Seiten der passiven Sportler dachten, dass sie dann keine Probleme mit der Übernahme des Events www.gelsenkirchenmarathon.de hätten, Aber nicht mit mir. Mir bedeutet "Ehre im Sport mehr als ein Wort". Das konnte ich aber meinen Widersachern im Verein DJK TuS Rotthausen schon beibringen. Zur Rotthausener Woche kann ich nur sagen, dass es ein Leichtes ist das allgemeine Interesse dafür bei der Geschäftswelt Rotthausens zu wecken. Ich denke einmal, dass es neben dem Metzgermeister Thelen vielleicht sogar andere gute Manager in unserem Rotthausen gibt, die mehr Zeit haben als der vielbeschäftigte Metzgermeister, der über fünfzig Menschen Arbeit und Brot bietet. Vielleicht gibt es ja sogar jüngere Menschen die z. Zt. arbeitslos sind und die das Zeug haben solch eine Sache zu organisieren. Organisator Thomas Nikutta würde sich bestimmt über ein Bischen Entlastung freuen... ich z. B. könnte auf Antrieb 10 fähige Menschen mit Zeit zu solchen Dingen aus Rotthausen benennen. Auch für mich wäre so etwas ein Klacks. Allerdings habe ich meine Freizeit schon verplant, weil ich wie gesagt an der Umsetzung einer sogenannten RUNNING CULTURE WORLDWIDE - ehrenamtlich wie gewohnt - arbeite. Beherzten Frauen und facebook-Posterinnen würde ich solch eine Aufgabe auch zutrauen, vorausgesetzt, dass sie überhaupt Zeit haben. Es gibt viele Ziele umzusetzen und sich für das Gemeinwohl einzusetzen. Deswegen lasst uns zusammen eine Rotthausener Woche gestalten und nicht gegenseitig aus dem aktuellen Geschehen ausgrenzen. So muss ich mit Grausen an die Weihnachtszeit denken, wenn das „Winterlicht“ Rotthausen wieder "erleuchtet". Schade, dass die alte Weihnachts-Lichterkette verrottete - auch die hatte der Schimmel immer umsonst angebracht für die Werbegemeinschaft Rotthausen. Solche "Herzblutbürger" bräuchten wir in Rotthausen so wie auch der Gärtnermeister Alfred Verse einer ist. Ich sage dann mal "Gutes

Gelingen" allerseits und noch einen schönen Sonntag... und nehmt bitte als Rotthausener Bürger nichts persönlich, denn man/frau soll nicht aufhören zu träumen. Nur wer Träume hat kann die Welt verbessern.

"Wer aufgehört hat zu träumen, hat aufgehört zu leben!" Von daher wünsche ich auch meinen Widersachern im Sport: "Hört niemals auf zu träumen, denn das bedeutet den Verlust des Fortschritts. Es gibt noch genug andere Ziele die man anvisieren kann, um den Menschenn zu helfen!"

Fußballcamp für Kinder von Mietern

WAZ vom
27. 07. 2013

Vivawest kooperiert mit Spvgg Herten

Sommer, Sonne, Spaß – das ist es, was Kinder sich von den großen Ferien versprechen. Das Wetter muss man letztlich nehmen, wie es kommt, aber auf das Ferienprogramm kann man Einfluss nehmen. Vom 12. bis 16. August veranstaltet das Wohnungsunternehmen Vivawest in Zusammenarbeit mit dem Verein DJK Spvgg Herten 1907 ein Fußballcamp für Mieterkinder zwischen sechs und zwölf Jahren.

Auf der Platzanlage des Fußballvereins in Herten, Katzenbuschstraße 1-3, werden dabei von Montag bis Freitag in der Zeit von 10 bis 13 Uhr die Balltechniken nach den Regeln des Fußballverbandes trainiert. Bei der Abschlussveranstaltung am letzten Tag erhalten die jungen Kicker Urkunden und Medaillen, die die erworbenen Fähigkeiten dokumentieren.

Bis zu 30 Kinder können für einen Kostenbeitrag von 5 Euro von dem Angebot profitieren – inklusive Getränke und gesunder Snacks. Die Veranstaltung wird finanziert von der Vivawest Stiftung.

i Anmeldungen und Auskunft unter ☎ 17003-28502 oder per Mail an die Koordinatorin: Anja.Kilisch@vivawest.de

Drachenbäume und Milchstraße

Video FLE – Tod durch Drogen - neu vertont...

<http://www.youtube.com/watch?v=IXKHGzb1eCw>

Siehe mehr dazu unter www.gelsenkirchenmarathon.de - DFB-Cooper-Lauf - der ultimative Fitnessstest für Sportler zielt gegen Doping und Drogen im Sport und im Umfeld des Sports... mit Grußwort des FIFA-Präsidenten Blatter zum Thema.



FLE – Schütz die Kinder

<http://www.youtube.com/watch?v=2aDXvJ-1K8o>

Veröffentlicht am 18.07.2013 von Sportlehrer Sieghard Tinibel Rechtzeitig zum Ferienbeginn wird in Gelsenkirchen auf das immer noch gefährdete Kindeswohl hingewiesen...

In time for the start of the holidays is pointed in Gelsenkirchen on the still vulnerable child welfare ...

Tatil başlangıç için en uygun zaman hala savunmasız çocuk refahı üzerinde Gelsenkirchen işaret edilmektedir ...



Sieghard Tinibel



Sportfreunde Bulmke 1967 e. V mit DJK Adler Feldmark und Gelsenkirchenmarathon-Cooper !
Anzeigen der zur Durchführung anberaumte Veranstaltungen 2014 unter dem Aspekt des Projekterhalts im Gelsenkirchener Volkslaufsport gegen Doping und Drogen!

Meine Veranstaltungen [Neue Veranstaltung anmelden](#) [Alte Veranstaltung übernehmen](#)

- 01.01.2014 - [VOLKSL] 4. Gelsenkirchener Neujahrslauf - [SF Gelsenkirchen-Bulmke 1967 e. V.] (Achtung: bisher nicht zur Genehmigung weitergeleitet. Nur erfasst. Bitte prüfen.)
- 05.04.2014 - [VOLKSL] RUN UP - DFB-Cooper-Lauf - [SF Gelsenkirchen-Bulmke 1967 e. V.] (Achtung: bisher nicht zur Genehmigung weitergeleitet. Nur erfasst. Bitte prüfen.)
- 01.05.2014 - [VOLKSL] 2. Int. Gelsenkirchener Walking-Day - [SF Gelsenkirchen-Bulmke 1967 e. V.] (Achtung: bisher nicht zur Genehmigung weitergeleitet. Nur erfasst. Bitte prüfen.)
- 07.09.2014 - [VOLKSL] 1. Gelsenkirchener Crosslauf am Gesundheitspark-Nienhausen - [SF Gelsenkirchen-Bulmke 1967 e. V.] (Achtung: bisher nicht zur Genehmigung weitergeleitet. Nur erfasst. Bitte prüfen.)



KEINE NICHT PERS. DROGEN



KEINE NICHT PERS. DROGEN



Rückblick: Sensibilisierung der Sportler und Vereine in GE-Rotthausen für den Laufsport

Niemals hätte man glauben mögen, dass sich jemals dermaßen Begehrlichkeiten im Verein DJK TuS und im Vorort Rotthausen an der Veranstaltung Gelsenkirchener Volkslauf oder auch Gelsenkirchenmarathon auf tun würden... Niemals hätte man glauben mögen, dass jemals Unsportlichkeiten und Neid in dem Ausmaße in den Sportabteilungen der DJK TuS Rotthausen heranwachsen würden. Heute ist das Gejammer groß, wo keiner mehr an der Sache mit Herzblut arbeiten möchte, weil selbst die Treuesten der Treuen aus den eigenen Reihen belogen und ausgenutzt wurden.

Vorbereitungslauf zum damaligen Karstadt-RuhrMarathon .

Am kommenden Sonntag, dem 20. März 2005 um 11:00 Uhr von der Sportanlage „AUF DER REIHE“ führen die DJK TuS 1910 für die Probanden der Karstadt-Ruhr-Marathon-Laufmentoren und der Walking-Mentoren des Sportvereines DJK TuS 1910, den Startschuss zu einem Vorbereitungslauf aus. Der große Ruhr-Marathon wird bekanntlich am 17. April 2005 als weltweit erster Twin-Marathon stattfinden und auch an unserer Rotthauser Sportanlage „Auf der Reihe“ vorbeiführen. Bei diesem historischen Sportereignis für das ganze Ruhrgebiet sind von Seiten der DJK Turn- und Sportfreunde nicht nur alleine über 150 fleißige Helfer an der Strecke dabei. Durch den Fleiß und die Begeisterung für den Laufsport der Lauf-Mentoren, Rita Broschk und Heiko Küpper sowie der Walking- und Nordic-Walking-Mentoren Bettina Konrad und Sieghard Tinibel wurden über 100 Sportler (Tendenz steigend) dem Laufsport-Ereignis als Aktive zugeführt. Völlig kostenfrei können diese ihre Form am kommenden Sonntag bei einem 10.000 Meter-Lauf testen. Aber auch sportbegeisterte Menschen, die einmal die Strecke des Gelsenkirchener Volkslaufes kennen lernen möchten, sind herzlich gerne eingeladen mitzulaufen. Das Wetter spielt laut Vorhersage auch mit. Bei steigenden Temperaturen sollte man es daher an diesem Sonntagmorgen langsam angehen lassen. Die Zeit wird anhand der eigenen Uhren genommen. Die schnellsten Sportler starten in der ersten Reihe. Die Strecke durch den Gelsenkirchener City-Park ist markiert und von „Gelsendienste“ bereits bestens präpariert. An den Übergängen: Hördeweg, Schwarzmühlenstraße und Zeppelinallee wird gebeten zu Lasten der erzielten Zeiten dem Straßenverkehr den unbedingten Vortritt zu gewähren. Die Strecke wird nicht wie beim GE-Volkslauf von der Polizei gesichert. Der Tag sollte von den Sportlern auch zum Gedankenaustausch genutzt werden, denn jeder hat bestimmt einige Fragen zur

Laufnahme oder den Trinkgewohnheiten. Im Essener Helmholtz-Gymnasium beim letzten Mentoren-Lehrgang vor dem großen Karstadt-RuhrMarathon, wurden über 500 Laufmentoren mit den neuesten Erkenntnissen der Sportler-Betreuung von Sportlehrern des FLVW - allen voran, Horst Sobieroy – bestens versorgt. Am 17. April ist es dann soweit. Wenn sich die Sportler über die Strecke quälen werden sie auf Ihrem Wege auch von unserer Sportjugend im Verein angefeuert. Gegenüber der Sportanlage wird ein sogenannter Mini-Event-Point von der Jugendfußball- und Frauenfußballabteilung eingerichtet, an dem nach Herzenslust mit Trommeln, Rasseln und anderen Instrumenten die durchziehenden „Marathonis“ angefeuert werden können. Aber auch mit Anfeuerungsrufen und La-Ola-Wellen aus respektvoller Entfernung vom Straßenrand aus ist Motivation zu erzeugen. Alle Rotthäuser Bürger sind insbesondere mit den Anwohnern der Straße „Auf der Reihe“ herzlichst eingeladen, um mitzuhelfen eine gute Laufatmosphäre zu verbreiten. Aber auch an anderen Stellen Rotthausens werden wieder Event-Points eingerichtet. Auskunft darüber geben die Parteien und der Bürgerverein Rotthausen.

Empfangen von sieghard.tinibe@arcor.de aus Gelsenkirchen

Von Sieghard Tinibel

Was machen eigentlich die Sportler aus Gelsenkirchen-Horst noch so? Gibt es den Lauf noch? Besteht der Verein noch? Hier ein WAZ Foto vom 25. Horster Volkslauf...





Jürgen Todeskino von der Gesamtschule Horst mit Sieghard Tinibel vor dem Start zum DFB-Cooper-Lauf 2010. Bekenntnis zu einer RUNNING CULTURE WORLDWIDE mit dem Hinweis auf www.kmdd.de „Keine Macht den Drogen – im Sport und auch nicht im Umfeld des Sports auch nicht im Umfeld des Sports !“



Alle Teilnehmer am DFB-Cooper-Lauf der Gesamtschule Horst mit ihrem Sportlehrer Herrn Jürgen Todeskino

Die Gesamtschule Gelsenkirchen-Horst in allen Jahren begeistert dabei



Jugendliche Fans der Gesamtschule Horst umringen den Mittelstürmer der Deutschen Fußball-Nationalmannschaft Klaus Fischer vom FC Schalke 04 vor seinem Startschuss zum DFB-Cooper-Lauf im Rahmen des Gelsenkirchener Volkslauf mit dem Gelsenkirchenmarathon auf der Sportanlage „Auf der Reihe“. Der Link zu den Urkunden und Ergebnissen beim DFB-COOPER-LAUF 2010: <http://my1.raceresult.com/details/results.php?lang=de&page=6&eventid=3594&contest=4&name=Ergebnislisten%7C1.1%20Zieleinlaufliste&format=view>

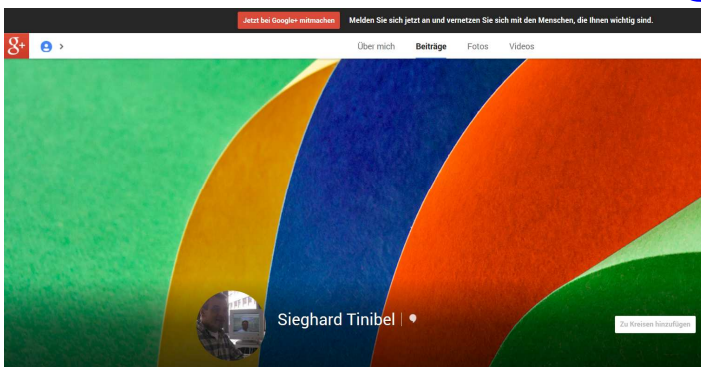


VIVAWEST
Wohnen, wo das Herz schlägt.

Beim 2. VIVAWEST-Marathon: Laufen wo das Herz schlägt... in
GELSENKIRCHEN
am 18. Mai 2014 **VIVAWEST-MARATHON**
IM HERZEN DES RUHRGEBIETS

Mehr zu Cooper Test: <http://www.gelsenkirchenmarathon.de/dateien/le/FLECO.PDF>

Die Projektzerstörung durch DJK TuS Rotthausen wird wohl 2014 weitergehen... siehe den Artikel auf google



[Sieghard Tinibel](#)



Wenn man von einer Sportkultur spricht, zählt der dopingfreie Sport unbedingt dazu. Hier nachfolgend im Bild (rechts) der Rotthausener Leichtathlet Fritz Roderfeld im Länderkampf gegen die USA. Man beachte die Muskulatur der damaligen Athleten, die nicht so überdimensioniert aussieht wie heutzutage üblich. Dem dopingfreien Sport wurden auch in Gelsenkirchen viele Gedanken gewidmet. Als zählende Basis wurde zur allgemeinen Orientierung der DFB-Cooper-Lauf, als erster öffentlicher Cooper-Test in Gelsenkirchen von Sieghard Tinibel im Rahmen einer Sportveranstaltung entwickelt und durchgeführt. Vorher mussten die erkannten Werte aber erst der erforderlichen Kraftausdauergrundlagen in den verschiedenen Ligen angepasst werden. Im Deutschen Sportmuseum zu Köln sind die Fakten dazu aufbewahrt. Namhafte Sportler standen beratend zur Seite...

<http://www.gelsenkirchenmarathon.de/Dateien/le/Der%20DFB-LaufmitCooper.pdf>



Die Schnellkraft beim Sprint wurde den erzielten Zeiten gemäß immer wieder verbessert. Natürlich ist es für viele reizvoll zu wissen wo die Grenze des Machbaren liegt. Man darf gespannt sein...

So könnte die Bahn einer Laufsportakademie im Gesundheitspark-Nienhausen ausgesehen haben.



Ehrenamtlicher, lizenziertes Übungsleiter seit 1978 - Ältester aktiver Fußballtrainer mit gültiger Lizenz in Gelsenkirchen



Der Weg ist das Ziel und dieser Weg wird nicht verlassen - Mit dem weiterhin anvisiertem Breitensportkonsortium wird es schon gehen. Wer ernsthaft mit mir am Projekt arbeiten möchte kann mich gerne anrufen unter Tel. 0209 136181 – aber bitte nur grundsportlich orientierte Leute. Möglichst verbandsfrei und überparteilich orientiert.

Unter Anlehnung an den Test des Dr. Kenneth Cooper mit dem Ziel der Gründung einer Laufsportakademie zur Rehabilitation Drogensüchtiger nach dem Vorbild von Andreas Niedrig auf dem Gelände des Gesundheitsparks Nienhausen, des Stadtparks und der Gelsenkirchener Sportanlage "AUF DER REIHE" sowie der Arena an der Fürstinnenstr. Nach meinem im Versorgungsamt Gelsenkirchen entwickeltem Konzept zur Vorlage und Förderung durch die Europäische Union, dem Land NRW und der Stadt Gelsenkirchen.

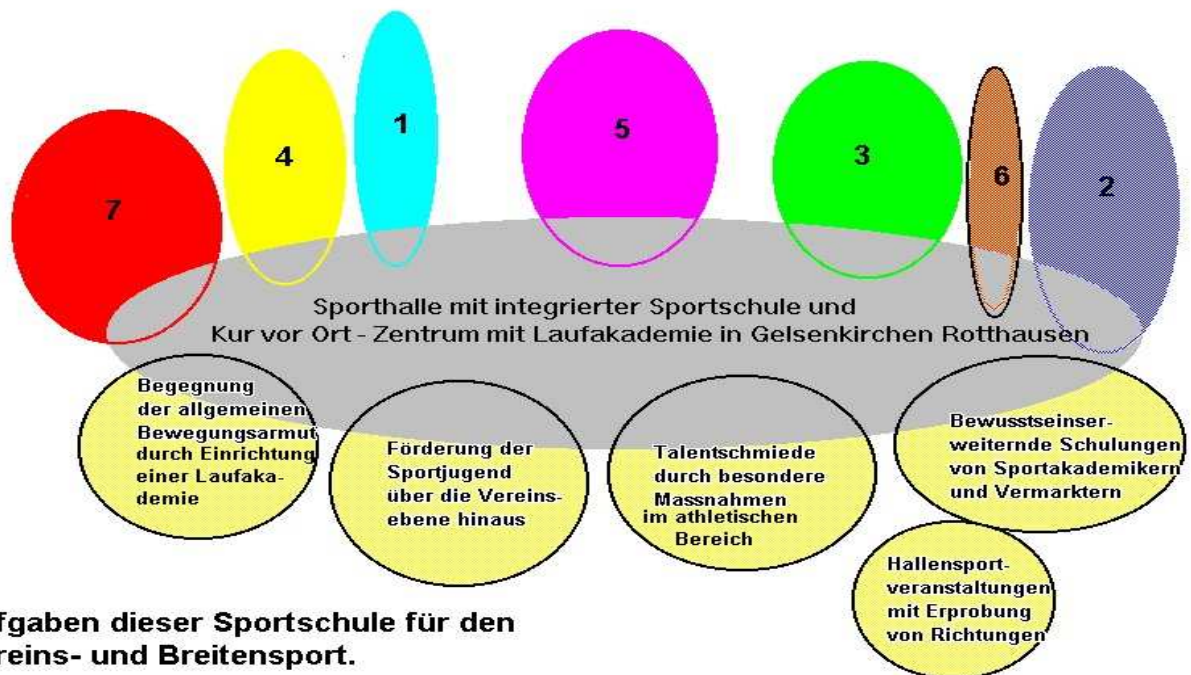
Der Gedanke an die Vollendung einer Laufsportakademie im Umfeld des Gesundheitsparks-Nienhausen wird ebenfalls nicht fallen gelassen... Solch eine Akademie könnte aber auch in Dortmund, Essen, Bochum oder sonst wo im Ruhrgebiet realisiert werden. Die Problematik ist in allen Ballungsräumen weltweit gleich. Nicht nur in den Großstädten an der Ruhr. Meine Hinweise zu diesen Erkenntnissen an der Basis wurden natürlich von den Gesundheitsministerien überhört. Viele Jugendliche zahlen heute noch Zoll für mangelnde Aufklärung..



Gesundheitsdienliche Hinweise im Intranet der Landesbehörden NRWs mit den Grunddaten zum DFB-Cooper-Lauf wurden auch bei Ausschreibungen der NRW Behörden wie dem MAGS permanent überhört.

Welche Personengruppen können sich in diese Sportschule einbringen ?

Arbeitslose Akademiker	1		REHA für Drogensüchtige durch Sport vor Ort	5	
Sportausbildung für Jugendliche	2		Sportkurse für Vereinssportler	6	
Allgemeine Bewegungsschule gegen Sportdekadenz	3		Laufsport alternativ zur Streßbewältigung aller Bevölkerungsgruppen	7	
Bessere Ausbildung für Sportlehrer	4		Computerschule		



Aufgaben dieser Sportschule für den Vereins- und Breitensport.



Jahreshauptversammlung 1996 mit den Westfalenpokalen des Herrn Golberg vom RWE Gelsenkirchen. Hinweis auf die Kampagne mit KMDD - PR-Aktion

„Schon vergessen?“ Proklamation „Keine Macht den Drogen“ mit der RWE - Pokalserie für den dann 1997 zum 1. Mal im Rahmen des Int. Gelsenkirchener Volkslaufs durchgeführten Laufsportveranstaltung. Vielleicht lag es aber an der Fusion der beiden Rotthauer Vereine DJK und TuS, dass sich keiner mehr an alte Abmachungen gebunden fühlte. Die Gründung einer Kindergruppe (2007), trug ein Übriges dazu bei, dass das Bündnis für den Breitensport, den allgemein immer stärker werdenden Begehrlichkeiten an der Finanz- und PR-Kraft der Veranstaltung Int. Gelsenkirchener Volkslauf weichen musste und das Ziel nicht mehr erfüllt wurde. Gelsenkirchens Leichtathleten haben die Entwicklung verwundert zur Kenntnis genommen. Diese machten schnell die Runde in Kreisen der Insider und Breitensportler.

FLE findet weltweite Beachtung über facebook, twitter und google. Gelsenkirchen, die Fußballstadt mit dem Projekt einer besonderen RUNNING CULTURE mit dem DFB-COOPER-Lauf beim Int. Gelsenkirchener Volkslauf mit dem Gelsenkirchenmarathon. Der Kraftausdauerstest für Fußballer nach den Kriterien des Dr. Kenneth Cooper, könnte auch von Marathonlaufeinsteigern und Laufsportanfängern generell als Standortbestimmung der eigenen Kraftausdauer genutzt werden, bevor man sich höheren ausdauersportlichen Zielen widmet und sich u. U. mehr schadet, als man/frau es wahrhaben will.




Sportfreunde Bulmke 1967 e. V mit DJK Adler Feldmark und Gelsenkirchenmarathon-Cooper !
Anzeigen der zur Durchführung anberaumte Veranstaltungen 2014 unter dem Aspekt des Projekterhalts im Gelsenkirchener Volkslaufsport gegen Doping und Drogen!

Meine Veranstaltungen [Neue Veranstaltung anmelden](#) [Alle Veranstaltung übernehmen](#)

- 01.01.2014 - [VOLKSL] 4. Gelsenkirchener Neujahrslauf - [SF Gelsenkirchen-Bulmke 1967 e. V.] (Achtung: bisher nicht zur Genehmigung weitergeleitet. Nur erfasst. Bitte prüfen.)
- 05.04.2014 - [VOLKSL] RUN UP - DFB-Cooper-Lauf - [SF Gelsenkirchen-Bulmke 1967 e. V.] (Achtung: bisher nicht zur Genehmigung weitergeleitet. Nur erfasst. Bitte prüfen.)
- 01.05.2014 - [VOLKSL] 2. Int. Gelsenkirchener Walking-Day - [SF Gelsenkirchen-Bulmke 1967 e. V.] (Achtung: bisher nicht zur Genehmigung weitergeleitet. Nur erfasst. Bitte prüfen.)
- 07.09.2014 - [VOLKSL] 1. Gelsenkirchener Crosslauf am Gesundheitspark-Nienhausen - [SF Gelsenkirchen-Bulmke 1967 e. V.] (Achtung: bisher nicht zur Genehmigung weitergeleitet. Nur erfasst. Bitte prüfen.)



Siegward Tinibel




Greeting by the FIFA president at FIFA WM 2006 in Gelsenkirchen

Ladies and Gentlemen,
dear sport fan,

there is positively no room for doping in all kinds of sport and particularly not in football. The philosophy of FIFA focuses on this simple common denominator.

In recent years we nurtured false hopes. We thought that football would not know any kind of doping problems. Now we do know it better. Doping also occurs in football, even though not in the same extent as in certain individual forms of sport.

Fighting this problem FIFA is following a strategy of four columns: prevention, scientific research, worldwide controls and finally sanctions.

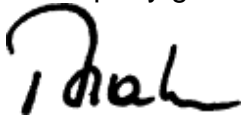
To the fore there is prevention as it is too late when penalties have to be imposed: especially too late for the player concerned who endangered his future career and, above all, his health in particular.

According to this spirit, as president of FIFA I welcome all efforts which are undertaken for prevention against doping.

DJK TuS 1910 Gelsenkirchen-Rotthausen deserves a special praise for its efforts to open up possibilities and incentives to all footballplayers to increase their efficiency in a sporty manner by taking part in the international Konditionsgrundlagenlauf which is famous far beyond the Ruhr area.

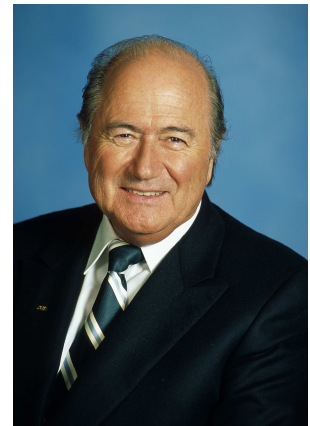
I wish everyone a lot of success not only at the Cooperlauf, but especially on the football field where this kind of trained condition shall bring victory a bit closer.

With sporty greetings



Joseph S. Blatter
FIFA President Übersetzt: J. E. Koch

The President's encouraged me to believe in my cause. So I developed a kind of cultural Running the message content should go around the world. More information at www.fussballkondition.de
Sporty regards of Sieghard Tinibel from Gelsenkirchen the Soccer Town





SPORT VERBINDET ALLE MENSCHEN < > KEINE MACHT DEN DROGEN

www.Alkoholfrei-Sport-genieessen.de www.kmdd.de



Alfred Verse förderte als Fußballspieler ganz besonders den DFB-Cooper-Lauf mit Sonderannoncen in der Begleitbroschüre, die Jahr für Jahr zu den Volksläufen

aufgelegt wurde. Im nächsten Jahr ist wieder FIFA WM Jahr – Brasilien 2014 – eine Broschüre wie eh und je wird dazu wieder aufgelegt werden, um die Sportaktivitäten zu finanzieren.

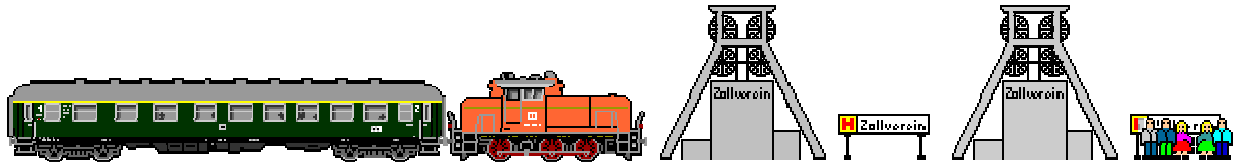
Das Fernziel dabei ist es, den Int. Gelsenkirchener Volkslauf nach dem Stadtumbau, mit der 23. Original Veranstaltung des Klassikers und mit der Auflistung aller bisherigen Sieger in der RWE-ELE Westfalenpokalserie weiter fortzuführen.



VIVAWEST
Wohnen, wo das Herz schlägt.

Beim 2. VIVAWEST-Marathon: Laufen wo das Herz schlägt... in
GELSENKIRCHEN
am 18. Mai 2014

VIVAWEST-MARATHON
IM HERZEN DES RUHRGEBIETS



Internationale Einsätze 1967

des für RW Oberhausen startenden Rotthäuser Leichtathleten Fritz Roderfeld . Mit dem Foto aus einer Sportepoche in der Doping noch kein Thema war...

Europapokal Zwischenrunde am 22./23.07.1967 in Duisburg Deutschland 105 - Ungarn 84 - Großbritannien 81 - Schweiz 58 - Bulgarien 54 - Jugoslawien 37
Männer 4 x 400 m 1. Deutschland 3:07,4 Min Roderfeld, Fritz 31.07.43 Europapokal Endkampf am 16./17.09.1967 in Kiew Sowjetunion 81 - Ost-Deutschland 80 - Deutschland 80 - Polen 68 - Frankreich 57 - Ungarn 53 Männer 400 m 2. Roderfeld, Fritz 31.07.43 RW Oberhausen 46,4 Sek 4 x 400 m 2. Deutschland 3:04,5 Min Roderfeld, Fritz 31.07.43 Hallenländerkampf gegen Spanien am 19.02.1967 in Madrid Männer 4 x 2 Runden 1. Deutschland 2:45,2 Min Roderfeld, Fritz 31.07.43 Länderkampf gegen USA am 16./17.08.1967 Düsseldorf Männer 400 m 3. Roderfeld, Fritz 31.07.43 RW Oberhausen 46,8 Sek A 4 x 400 m 2. Deutschland 3:06,6 Min B Roderfeld, Fritz 31.07.43 Länderkampf gegen Polen am 14.09.1967 Posen Männer Diskus 2. Reimers, Jens 15.08.41 RW Oberhausen 57,34 m Länderkampf gegen Großbritannien am 22./23.09.1967 in London Männer 4 x 400 m 1. Deutschland 3:06,0 Min B Roderfeld, Fritz 31.07.43 Junioren-Länderkampf gegen Frankreich am 12./13.08.1967 in Augsburg Männer 1500 m 6. de Haan, Willi 31.05.49 RW Oberhausen 3:59,7 Min A



Länderkampf gegen Norwegen am 14./15.09.1963 in Oslo Männer 100 m 2. Roderfeld, Fritz 31.07.43 RW Oberhausen 10,5 Sek B 200 m 1. Roderfeld, Fritz 31.07.43 RW Oberhausen 21,2 Sek A 1500 m 1. Döhrmann, Heinz-Gerd 14.04.41 RW Oberhausen 3:52,9 Min A 4 x 100 m 1. Deutschland 40,5 Sek A Roderfeld, Fritz 31.07.43 Kugel 4. Reimers, Jens 15.08.41 RW Oberhausen 15,94 m B Diskus 2. Reimers, Jens 15.08.41 RW Oberhausen 54,25 m A **Länderkampf gegen Finnland am 28./29.09.1963 in Bremen** 1500 m 3. Döhrmann, Heinz-Gerd 14.04.41 RW Oberhausen 4:00,1 Min B 4 x 100 m 1. Deutschland 40,2 Sek A Roderfeld, Fritz 31.07.43 Diskus 3. Reimers, Jens 15.08.41 RW Oberhausen 54,85 m A **Länderkampf gegen Polen am 05./06.10.1963 in Warschau** 200 m 1. Roderfeld, Fritz 31.07.43 RW Oberhausen 21,5 Sek B 4 x 100 m 1. Deutschland 40,2 Sek A Roderfeld, Fritz 31.07.43 Kugel 4.

An der Grenze zu Rotthausen und der Feldmark, liegt am Hördeweg 39, das neue Restaurant... „Bolles 39“



Mitten im Grüngürtel Gelsenkirchens – zwischen dem Gesundheitspark-Nienhausen und dem Sportpark „Auf der Reihe“ liegt „Bolles 39“. Das Restaurant mit Biergarten und SKY-Videowand für die Fußball-Bundesligaübertragungen...



... natürlich wird im Sommer auch gerne in den Nachmittags- und Abendstunden das Restaurant mit Biergarten besucht... Vorbestellung unter www.Bolles39.de möglich per Telefon.



Mitten im Grüngürtel Gelsenkirchens - zwischen dem Gesundheitspark und der Sportanlage "Auf der Reihe" ein neu eröffnetes Restaurant. Am Hördeweg ins Haus Nr. 39 lädt ein **"Bolles 39" Restaurant und Biergarten**

Fisch

Zanderfilet auf der Haut kross gebraten mit karamellisierten Orangenspitzkohl und Kartoffelpüree	17,80 €
Filet vom Wildbarsch im Landschinkenmantel mit lauwarmen Kartoffel-Gurken-Salat und Balsamico-Zwiebel-Marmelade	15,50 €

Hauptgänge

Bolle's Pfännchen Streifen vom irischen Rind mit grünem Pfeffer, Zwiebeln und Paprika in einer Portweinsauce und hausgemachten Krokettchen	15,50 €
Schweinefilet im Speckmantel auf Pfeffer-Calvados-Sauce mit Broccoli röschen und Herzoginkartoffeln	14,50 €
Hausgemachter Sauerbraten mit Apfelrotkohl und Kartoffelklößen	13,90 €
Gefülltes Schweinerückensteak mit Blattspinat und Gorgonzola, dazu Mandelklößen und Cognacschaum	12,90 €

Defliges vom Küchenchef

Original Berliner Currywurst mit Pommes frites und einer eigens kreierten Currysauce	6,50 €
Hausgemachte Wildschweinsülze mit Preiselbeerremoulade und Bratkartoffeln	9,50 €
Schweineschnitzel „Wiener Art“ mit marktfrischem Salat und Pommes frites	10,50 €
Hoppel Poppel Bratkartoffeln mit Kassler, Gewürzgurke und Ei unterzogen	7,90 €

Dessert

Mousse au Chocolat mit karamellisiertem Ragout von Schattenmorellen	4,50 €
Crème Brûlée die pure Versuchung	3,90 €
Prosecco-Zitronen Sorbet Eine Kugel Zitroneneis, aufgefüllt mit Prosecco und garniert mit frischer Minze	3,50 €

Ein kleiner Auszug der Speisekarte...

Raul machte sein Abschiedsspiel „Auf Schalke“ Hier geht's zum Video vom Schalke Tag... <http://www.youtube.com/watch?v=EgnlnaXViuY>



DFB-Cooper-Lauf auch nach der FIFA WM 2006™

Im FIFA WM JAHR 2014 gibt es viermal die Gelegenheit kostenfrei die RUNNING CULTURE WORLDWIDE IN DER FUBALLSTADT Gelsenkirchen nachzuvollziehen.



Die Welt war zu Gast in der Fußballstadt zur WM 2006. 2014 freuen wir uns auf die FIFA-Weltmeisterschaft in Brasilien.



Rosen und Pokale aus Tradition beim Gelsenkirchener Volkslauf. Alfred Verse- Sponsor der Fußballspieler und der Laufsportler von DJK TuS 1910. Im FIFA WM JAHR 2014 gibt es nun viermal die Gelegenheit kostenfrei für alle Teilnehmer eine RUNNING CULTURE WORLDWIDE in der Fußballstadt Gelsenkirchen nachzuvollziehen.

Sportfreunde Bulmke 1967 e. V mit DJK Adler Feldmark und Gelsenkirchenmarathon-Cooper !
Anzeigen der zur Durchführung anberaumte Veranstaltungen 2014 unter dem Aspekt des Projekterhalts im Gelsenkirchener Volkslaufsport gegen Doping und Drogen!

Meine Veranstaltungen [Neue Veranstaltung anmelden](#) [Alte Veranstaltung übernehmen](#)

- 01.01.2014 - [VOLKSL] 4. Gelsenkirchener Neujahrslauf - [SF Gelsenkirchen-Bulmke 1967 e. V.] (Achtung: bisher nicht zur Genehmigung weitergeleitet. Nur erfasst. Bitte prüfen.)
- 05.04.2014 - [VOLKSL] RUN UP - DFB-Cooper-Lauf - [SF Gelsenkirchen-Bulmke 1967 e. V.] (Achtung: bisher nicht zur Genehmigung weitergeleitet. Nur erfasst. Bitte prüfen.)
- 01.05.2014 - [VOLKSL] 2. Int. Gelsenkirchener Walking-Day - [SF Gelsenkirchen-Bulmke 1967 e. V.] (Achtung: bisher nicht zur Genehmigung weitergeleitet. Nur erfasst. Bitte prüfen.)
- 07.09.2014 - [VOLKSL] 1. Gelsenkirchener Crosslauf am Gesundheitspark-Nienhausen - [SF Gelsenkirchen-Bulmke 1967 e. V.] (Achtung: bisher nicht zur Genehmigung weitergeleitet. Nur erfasst. Bitte prüfen.)

SSV/FCA Saisoneneröffnung Sportpark „Auf der Reihe“



Immer auf Ballhöhe... Gelsenkirchens Fußballurgestein und bekannter Fußballtrainer Norbert Furtkamp. Er ist mit den neuen Fußballsportlern des SSV/FCA sehr zufrieden, weil diese sich nahtlos dem Team anpassen:" Gleich vier Bochumer Fußballer die eingespielt sind, fanden den Weg zum SSV/FCA! Hoffentlich bleiben wir in dieser Spielzeit vom Verletzungspech verschont!" Lautet Norbert Furtkamps Wunsch für die kommende Saison.



Ein guter Beobachtungsstandort für die Zuschauer befindet sich vor dem, in den Vereinsfarben gehaltenen blau-gelbem Clubheim. Man darf sich auf die nächste Saison auch deswegen freuen, weil durch den Aufstieg der DJK TuS, wieder das beliebte Rotthauer Lokalderby angesetzt ist, welches schon zu allen Zeiten im Interesse aller Rotthauer Fußballfans stand.



SV Fortuna Bottrop war in Rotthausen zu Gast beim Saisonauftakt...



Von Sieghard Tinibel

Betrug im Sport wegen Geld und anderer Vorteile gab es immer schon und wird es wohl auch immer geben... Doping im Spitzensport gehört wohl bald als akzeptierter Beschiss dazu!



21. Int. Gelsenkirchener Volkslauf 2008
Alle Teilnehmer am DFB-Cooper-Lauf der Gesamtschule Horst mit ihrem Sportlehrer Herrn Jürgen Todeskino



Länderkampf Deutschland - USA mit Fritz Roderfeld aus Gelsenkirchen-Rotthausen - 100 m in 10,2 Sek. - nach dem Lauf Doping im Sport war zu der Zeit kein Thema!

RUNNING CULTURE
← WORLDWIDE
With Dr. Kenneth Cooper: No Power For Doping and Drugs!

WORTLAUT WAZ vom 25. 7. 2013

„Hochleistungssport ist Zirkus. Wenn Stars unter ärztlicher Aufsicht verbotene Substanzen nehmen, finde ich die Dopingmittel-Freigabe machbar“

Fritz Sörgel, Pharmakologe und Anti-Doping-Experte, Superstars wie Usain Bolt sollten seiner Meinung nach bei eigenen, nicht staatlich geförderten Veranstaltungen starten.



ufballstadien
System

Running-Culture Worldwide

KEINE DROGEN

Sportfreunde Bulmke 1967 e. V mit DJK Adler Feldmark und Gelsenkirchenmarathon-Cooper!
Anzeigen der zur Durchführung anberaumte Veranstaltungen 2014 unter dem Aspekt des Projekterhalts im Gelsenkirchener Volkslaufsport gegen Doping und Drogen!

Meine Veranstaltungen Neue Veranstaltung anmelden Alte Veranstaltung übernehmen

- 01.01.2014 - [VOLKSL] 4. Gelsenkirchener Neujahrslauf - [SF Gelsenkirchen-Bulmke 1967 e. V.] (Achtung: bisher nicht zur Genehmigung weitergeleitet. Nur erfasst. Bitte prüfen.)
- 05.04.2014 - [VOLKSL] RUN UP - DFB-Cooper-Lauf - [SF Gelsenkirchen-Bulmke 1967 e. V.] (Achtung: bisher nicht zur Genehmigung weitergeleitet. Nur erfasst. Bitte prüfen.)
- 01.05.2014 - [VOLKSL] 2. Int. Gelsenkirchener Walking-Day - [SF Gelsenkirchen-Bulmke 1967 e. V.] (Achtung: bisher nicht zur Genehmigung weitergeleitet. Nur erfasst. Bitte prüfen.)
- 07.09.2014 - [VOLKSL] 1. Gelsenkirchener Crosslauf am Gesundheitspark-Nienhausen - [SF Gelsenkirchen-Bulmke 1967 e. V.] (Achtung: bisher nicht zur Genehmigung weitergeleitet. Nur erfasst. Bitte prüfen.)

Running-Culture Worldwide

KEINE DROGEN

Selbstverständlich sind Fußballspieler der höchsten Spielklassen Hochleistungssportler...

WAZ-Sport vom 29. Juli 2013

„Epo, Cortison, Blutdoping“ – Erik Zabel gesteht alles

Der 43-Jährige hat lange Zeit gelogen, um sein Traumleben als Radprofi mit dem Sport und den Reisen nicht zu gefährden

München. Erik Zabel hat nun doch ein Geständnis über umfangreiches Doping während seiner Karriere abgelegt. „Epo, Cortison, dann Blutdoping: Es ist doch eine ganze Menge“, sagte der ehemalige Radprofi in einem Interview der „Süddeutschen Zeitung“. Zabel erklärte, dass er sich 1996 bewusst entschlossen habe, mit dem Dopen zu beginnen.

Bislang hatte der 43-Jährige 2007 einmal zugegeben, zu Beginn der Tour de France 1996 Epo genommen, es aber nicht vertragen zu haben. Am vergangenen Mittwoch war aus einem Bericht der französischen Antidoping-Agentur des Senats aber klageworden, dass Zabel auch bei der Tour 1998 unter dem Einfluss von Epo gefahren war.

Nachdem die Nachweismethoden besser geworden seien, schwenkte er damals nach eigenen Angaben auf Eigenbluttransfusionen um. „2003 habe ich vor der Tour de France eine Re-Infusion bekommen“, sagte Zabel der „Süddeutschen“. Zabel ist sechsmaliger Gewinner des Grü-



Erik Zabel.
FOTO: DPA

nen Trikots für den besten Sprinter bei der Frankreich-Rundfahrt.

Dass er bislang nur von einer einmaligen kurzen Epo-Phase zu Beginn der Tour 1996 gesprochen hatte, begründete Zabel mit seinem damaligen sportlichen Wunschdasein. „Vor allem wollte ich

mein Leben behalten, mein Traumleben als Radprofi. Das hat man ja so geliebt, diesen Sport, die Reisen. Dieser Egoismus, der war einfach stärker.“ Wie es in seiner Karriere weiter geht, bleibt zunächst offen. Der frühere Radprofi aus Unna ist unter anderem Technischer Direktor eines großen Radrennens in der Hansestadt Hamburg. dpa

... davon weiß man nun mittlerweile auch im GSF-Vorstand der DJK Turn- und Sportfreunde aus Rotthausen ein Lied zu singen. Vor allen Dingen bleibt dabei zu bemerken, dass die Projektzerstörer erfahren durften, dass Unrecht Gut immer noch nicht gut gedeiht und dass dies nicht nur eine vielsagende Redewendung ist, die seit Urzeiten nicht ihre Gültigkeit verloren hat. Dabei hätte es nur einer kleinen Geste der Entschuldigung bedurft die Ausgrenzung Sieghard Tinibels von seinem Projekt zu revidieren, die aber die verlogenen Menschen nicht über ihre Lippen brachten. Im Grunde konnte die GSF-Führung von DJK TuS eigentlich gar nichts dazu, dass sie den Begehrlichkeiten - die nur ein Einzelner aufkeimen ließ und steuerte - unterlagen und sie somit zum sportlichen Missetäter werden ließ. Da nun die Falle der Gerechtigkeit zugeschlagen ist und die mit solch einem Mut zur Gegenwehr nicht gerechnet Habenden voll darin sitzen, ist es leider für eine Entschuldigung zu spät. Zumal laufende Eingaben an die Landesregierung den Entwicklungsstand der Projektzerstörung festhalten. Der Verein DJK TuS bekommt nun mit allen Abteilungen zu spüren, wie sehr sich Sieghard Tinibels Engagement für alle Mitglieder ausgezahlt

hatte. Nun aber sehen die Projektzerstörer keine andere Möglichkeit, als weiterhin mit Lügen und schlechtem Reden hinter Sieghard Tinibels Rücken, ihre unsportlichen Schandtaten am liebsten vergessen zu machen. Das konnte Sieghard Tinibel nun vernehmen, nachdem viele seiner Sportfreunde und Sportfreundinnen den falschen Versprechungen und den unberechtigten Begehrlichkeiten den Rücken gekehrt haben.

Dass Betrügereien und falsche Begehrlichkeiten gepaart mit Lügen meist zu einem dauerhaften Zerwürfnis der Vereine führen, müssten die nicht lebensunerfahrenen Führungskräfte des Vereins, die die Begehrlichkeiten eines einzigen unsportlichen Kameraden umsetzen sollten oder gar auch selbst wollten, eigentlich wissen. Es soll aber auch Menschen geben, die beim Anblick von Geldscheinen alle Skrupel verlieren. So erklärt sich also auch von selbst, warum nun dummes Gelaber von unwissenden Sportfreunden auf der Sportanlage „Auf der Reihe“ die Runde macht.

Als Spitze dieses dummen Gelabers gab es auf einer Rotthausener Internetseite zu lesen, dass auch unsportliche Menschen beim letzten Volkslauf der DJK TuS Rotthausen geduldet wurden. Der Verfasser dieser Internetsnachricht, weiß wohl gar nicht, dass er mit der Abbildung der Person den Menschen in den Focus rückte, dem die Vereine DJK Sportfreunde Rotthausen und DJK TuS Rotthausen ihre größte sportliche und finanzielle Förderung der letzten 20 Jahre zu verdanken haben.

Durch Sieghard Tinibels selbstgewählte Fleißaufgabe seit 1985, über ein ganzes Jahr im Vorfeld der Volkslaufveranstaltungen von Jahr zu Jahr, war es nämlich erst möglich geworden solch ein Event vorzufinanzieren und genügend Werbung für den Tag der Veranstaltung um eine aktive Beteiligung unter den Sportlern die Werbetrommel zu rühren. Dass von Nichts nichts kommen kann, war dem fleißigen Sportlehrer seit seiner Kindheit eingeprägt worden.

Heute ist das Gestöhne in den Reihen der „Möchtegern-Manager“ im Verein DJK TuS Rotthausens groß, denn der kopierten Veranstaltung fehlte das Herzblut und dementsprechend verhielten sich auch die sonst immer zahlreich erschienenen Sportler. Zuletzt blieben sie aber auch dieser Veranstaltung fern, weil der initiiierende Sportlehrer über seine beträchtliche E-Mail Adressliste, die er über Jahrzehnte gesammelt hatte, auf die nun stattfindende Projektzersörung hinwies.

Konnte man sonst nach der Veranstaltung in Jahren allen Abteilungen der DJK TuS ein hübsches Sümmchen zur Förderung der Anlaufpunkte für die Jugend im Sport übergeben, so mussten die „Möchtegern-Manager“ sich dieses Mal eingestehen, dass sie etwas falsch gemacht hatten. Der größte Fehler war aber der, nicht zugeben zu wollen, dass die grundlose Ausgrenzung Sieghard Tinibels aus dem Verein DJK TuS der sportliche Flop des Jahrzehnts im Gelsenkirchener Sport wird.

Genau so wenig will man sich eingestehen, dass die Ausgrenzung weiterer fleißiger Herzblut-sportler wie der „Katze vom Hilgenboom“ der DJK Torwartlegende Alfred Verse aus den Reihen der DJK TuS, zu einem sportlichen Niedergang ohnegleichen in Rotthausen führen wird. Der sportliche Niedergang hat viele Gesichter und zeigt sich nicht immer am Tabellenstand der Teams. Gesichter die die „Möchtegern Manager“ noch nicht kennengelernt haben, denn die meisten der jetzigen Führungskräfte sind wenig sporterfahren und waren kaum über die Grenzen Rotthausens hinausgekommen bei ihren Tätigkeiten im oder für den Sport.

Das solcherlei Spielchen die Einheit des Vereins kosten kann, bestätigte Sieghard Tinibel auch sein Ex-Trainer aus den 60er Jahren im Gespräch. Dieser wünschte dem Sportlehrer zu den kommenden, für das Jahr 2014 dem FLVW gemeldeten und vom Kreis 12 genehmigten Veranstaltungen alles Gute. Diese Veranstaltungen verdienen nämlich die Unterstützung aller Sportler, die Sieghard Tinibel im Laufe der letzten 30 Jahre betreut hat. Die ihn nicht nur von daher als einen aufrichtigen Sportler kennen und ihn mit allen seinen Fehlern mögen. Aus diesem Grunde machte Sieghard Tinibel von der Saisonöffnung des SSV/FCA „Auf der Reihe“ ein FLE-Video, um die Veranstaltungen schon einmal im Vorfeld dem Publikum und den Sportlern wie gewohnt vorzustellen. Eine Broschüre dazu wird noch wie sonst vom Gelsenkirchener Volkslauf her gewohnt auf den Weg gebracht und bis zum 1. 1. 2014 zum Neujahrslauf im Gesundheitspark-Nienhausen erscheinen. Zum Video führt dieser Link http://www.youtube.com/watch?v=Jh_pDOhQf4s

Im Abspann des Videos liest sich auch folgender Text...

Begehrlichkeiten von Sieghard Tinibels Sportkameraden im Verein DJK TuS Rotthausen sorgten begünstigt durch geländebauliche Maßnahmen im Gesundheitspark-Nienhausen ab dem Frühjahr 2010, für das vorläufige Ende der Veranstaltung Int. Gelsenkirchener Volkslauf mit dem Projekt DFB-Cooper-Lauf gegen Doping und Drogen im Sport und am Rande des Sports. Möglicherweise wird diese Veranstaltung im Rotthausener Volkslauf weitergeführt. Dann jedoch ohne Projekt und Aufzeichnung der fortlaufenden Siegerliste aller bisherigen Gewinner der RWE Westfalenpokale in dieser Veranstaltung. Sieghard Tinibel bemüht sich fortan weiterhin mit den Vereinen Sportfrd. Bulmke und DJK Adler Feldmark, zumindest das Projekt gegen Doping und Drogen im Sport mit dem DFB-Cooper-Lauf weiterzuführen. Im kommenden Jahr finden daher in diesem Sinne statt:

Am 1.1.2014 der Neujahrslauf im Sport- und Gesundheitspark-Nienhausen.

Am 5.4.2014 das RUN UP mit dem Cooper-Lauf.

Am 1. Mai 2014 der Walkingday im Bulmker Park

und am 7.9.2014 der Crosslauf über die neue Schwarzbach-Brücke zur Zollverein Halde an der Feldmarkstraße neben dem VFB und Adler-Stadion...



Mit Freundschaftsspielen bereiten sich die Mannschaften auf die kommende Saison vor. Der nahe Gesundheitspark gestattet dann zusätzlich mit gutem Laufsportgelände gezieltes Ausdauertraining. Die Kraftausdauer eines Fußballers lässt sich gut mit dem Test nach Dr. Kenneth Cooper einschätzen. Klick hier zum FLE Video

http://www.youtube.com/watch?v=Jh_pDOhQf4s



Betrachtet man nun die Entwicklung des Fußballspiels in Deutschland über die Jahrzehnte, so fällt den ausgebildeten Sportlehrern insbesondere im Fußball auf, dass sich auch die Kraftausdauer der Fußballspieler enorm gesteigert hat und dies mit ursprünglichen Trainingsmethoden nicht in Einklang zu bringen ist. So fiel denjenigen Trainern die Steigerung der athletischen Fähigkeiten im Fußball besonders auf, die schon länger erkannt haben, dass insbesondere der Kraftausdauer – natürlich gepaart mit Schnellkraft und Technik sowie taktischen Verständnis im Fußball - eine immer wichtiger werdende Rolle zukam.

Selbstverständlich gehören auch Fußballer der höchsten Ligen weltweit zu den Hochleistungssportlern...

Wer sich von den älteren Sportlehrern im Fußball an die Zeiten erinnern kann, in denen der Deutsche Fußball in der 1. Liga West, der 1. Liga Süd, der 1. Liga Südwest sowie der 1. Liga Nord gespielt wurde und wer dazu noch einige aktive Fußballer aus dieser Zeit kennt und die herkömmlichen Methoden der Kraftausdauerschulung kennt, der weiß wovon hier die Rede ist. Auch damals vor Einführung der Bundesliga gab es schon Übertragungen von Spielen voller Länge – z. B. FK Pirmasens gegen den FC Kaiserslautern. Dass die Spiele nicht so schnell und abwechslungsreich waren wie heute, liegt nicht nur an der verbesserten Übertragungstechnik. Die besten Spieler in der höchsten Liga waren einfach nicht in der Lage so schnell und ausdauernd über 90 Minuten zu spielen wie es heute der Fall ist. Würde man heutige Bundesligafußballern dem Cooper-Test unterziehen, würde man feststellen, dass das Limit der WM-Spiele vom Mexiko 1970 von 3.400 m in 12 Minuten weit überschritten würde. Heute mit der unterstützenden Kunst der Ärzte und Sportphysiologen, müsste Dr. Kenneth Cooper als betreuender Mediziner des späteren Turniersiegers Brasiliens das Limit auf 3.800 bis 4.000 m festlegen, um konkurrenzfähig zu sein. Siehe nebenstehende Aussage...

WORTLAUT WAZ vom 25. 7. 2013

„Hochleistungssport ist Zirkus. Wenn Stars unter ärztlicher Aufsicht verbotene Substanzen nehmen, finde ich die Dopingmittel-Freigabe machbar“

Fritz Sörgel, Pharmakologe und Anti-Doping-Experte. Superstars wie Usain Bolt sollten seiner Meinung nach bei eigenen, nicht staatlich geförderten Veranstaltungen starten.

Für unsere Region spielte sich die Vorbereitung der klassenhöchsten Fußballer in langen sie Kondition fördernden Läufen am Kanal (Fritz Langner FC Schalke 04) oder im flachen Lande um den Halterner See herum ab (Flaesheim). So ist es wohl auch heutzutage noch, denn es gibt kaum andere Möglichkeiten die Kraftausdauer ohne medizinische Unterstützung noch mehr zu stärken. Das sollten sich alle Sportler der unteren Ligen, die sich keine med. Betreuung leisten können vor Augen halten. Den Spielern in den kleinen Vereinen könnte zu viel „Vorbereitung mit Ausdauerläufen“ auf die Dauer einer ganzen Saison schaden und zu Leistungseinbrüchen in den Wintermonaten führen. Solch ein Ausdauertraining, das immer mit der Vergrößerung des Atemvolumens, also auch der Vergrößerung der Thoraxorgane einhergeht, gehört in medizinische Hände und sollte von keinem Amateurtrainer aus falschem Ehrgeiz heraus von seinen Schützlingen gefordert werden. Auch wenn von den übertragenden Medien im TV etwas anderes vorgegaukelt wird.

GELSENKIRCHEN

MARATHON





**Fußballstadt
Gelsenkirchen**



**Running-Culture
Worldwide**

**KEINE
MACHT DEN
DROGEN**



**Sportanlage
Tossehof**

1. Mai

**Tossehof
Bulmker Park**

**Int. Gelsenkirchener
Walkingday**

In der Fußballstadt

Schütz die Kinder Deiner Stadt

Das Original mit dem DFB-COOPER-LAUF

Projekt gegen Doping und Drogen im Sport

RUNNING CULTURE WORLDWIDE

Seit 1985 - Idee und Realisierung liz. Sportlehrer Sieghard Tinibel

Since 1985 - idea and realization liz. teacher of sports Sieghard Tinibel

Desde 1985 - idea y realización liz. maestro de sports Sieghard Tinibel