

LAUFEN EXTRA

FUSSBALL EXTRA

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 NACH DEN DROGEN SPORT OHNE DOPING

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 - FLVW

Fußballexta seit 1984 - Saison 2013/2014 - Laufende Nr. **+008** vom 10. Sep. 2013

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

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

Videos vom Wochenende:

100jähriges von VfB Gelsenkirchen – mit Fußball für erblindete Menschen

http://www.youtube.com/watch?v=L7HoMH_COZk

Basketball und andere Sportmöglichkeiten im Gesundheitspark-Nienhausen

<http://www.youtube.com/watch?v=WUUY-T9TUEU>

Erster Gelsenkirchener Crosslauf am 7. 9. 2014 – Die Strecke

<http://www.youtube.com/watch?v=QfSa6TEcaSI>

Schalke 04 Trainer Ermer schlägt Sportfreunde Bulmke mit 2:1

<http://www.youtube.com/watch?v=72jF9WvSLtE>

DJK TuS 1:1 Remis

<http://www.youtube.com/watch?v=m5fveA120R8>

von Sieghard Tinibel

Bevorzugtes Sportterrain des GMC

Hallo Freunde,

die angestrebte Vereinsgründung wird notwendig, wenn ich die hehren Gedanken im Gelsenkirchenmarathon und im Sinne des Sports weiter verbreiten möchte. Alle die mich kennen und wissen wie ich im Sport arbeite, bitte ich sich diesem Verein anzuschließen.

Ein neuer Sportverein im Gelsenkirchener Süden nennt sich Gelsenkirchenmarathon-Cooper GMC

Am 16. Sept. 2013 um 19:00 Uhr gründet sich dieser neue Breitensportverein in Gelsenkirchen-Rotthausen im „Haus Steinfurt“ .

Bevorzugtes Sportterrain des GMC. Das Trainingsgelände ist vorzugsweise der Gesundheitspark-Nienhausen mit dem Gelsenkirchener Stadtpark sowie dem Sportpark "Auf der Reihe" und dem „Crosslaufgelände“ neben dem Feldmark-Stadion an der Fürstinnenstraße. Es bieten sich den Laufsportlern - aber auch den Radfahrern - gute Trainingsmöglichkeiten in einer ruhigen, abwechslungsreichen Landschaft weitab vom Straßenverkehr. Auch gelangt man leicht über den "Naturpark Zollvereinhalde" zur ehemaligen Erzbahntrasse, die eine Anbindung zum Nordsternpark in Gelsenkirchen-Horst sowie auch zur Jahrhunderthalle in Bochum bietet.

Erster Gelsenkirchener Crosslauf am 7. 9. 2014 – Die Strecke

<http://www.youtube.com/watch?v=QfSa6TEcaSI>

Der allgemeine Treffpunkt zu gemeinsamen Aktivitäten für interessierte Sportler liegt an der Minigolfbahn im Gesundheitspark-Nienhausen. Dort befinden sich auch Start und Ziel zum jährlichen Neujahrslauf - immer am 1.1. um 14:00 Uhr - und zur jährlichen DLV-Laufsaisioneröffnung am Samstag im April eines jeden Kalenderjahres nach den NRW-Osterferien. Start: 11:00 Uhr.

Zu weiteren Aktivitäten laden auch der Basketballplatz sowie die Tennisplätze des Gesundheitspark-Nienhausen ein, wobei das Basketballfeld frei nutzbar ist. Die Tennisanlage kann gegen eine Gebühr genutzt werden. Gleichgesinnte treffen sich in den Feierabendstunden an der Minigolfbahn neben dem Fitnesscenter des Gesundheitsparks-Nienhausen. Mehr dazu im Video

Basketball und andere Sportmöglichkeiten im Gesundheitspark-Nienhausen

<http://www.youtube.com/watch?v=WUUY-T9TUeU>

Nachfolgend wird ein Auszug aus dem angesprochenen Sportbuch veröffentlicht.

Kontrollformen aufgezeigt. Den athletischen Tests muß ein entsprechendes Aufwärmen vorausgehen, bei dem etwa ein Pulswert von 120 zu erreichen ist.

Schnelligkeit

Zweimal 30 m oder zweimal 60 m mit jeweils drei bzw. fünf Minuten Pause zwischen den Läufen.

Schnelligkeitsausdauer

Fünfmal 30 m oder fünfmal 60 m im maximalen Tempo mit jeweils 30 bzw. 60 Sek. Pause und Summierung der Laufzeiten. Im Leistungsbereich können auch zehn Sprints über 30 m mit je 20 Sek. Pause durchgeführt werden.

Schnellkraft

Zweimal Dreierhop links und rechts mit je 30 Sek. Pause und Summierung der erreichten Weiten.

Allgemeine Ausdauer

Lauf über zwölf Minuten (Coopertest) für Junioren und Männer.

Zurückgelegte Strecke	Ausdauer
2,0 km	schwach
2,4 km	mäßig
2,8 km	gut
3,2 km	sehr gut
über 3,2 km	ausgezeichnet

Technik

Ballführen im Slalom (Fahnenabstand 3 m) über 30 m mit Kehrtwendung nach der Hälfte der Strecke. Bei zwei Läufen eine Minute Pause und Wertung der Bestzeit.

Einige Zielstöße an der Schußwand mit dem rechten und linken Bein in vorgegebene Felder bei Summierung der erreichten Punkte. Fehlt eine Schußwand, werden Zielstöße auf ein Stangentor, auf ein durch Medizinbälle geteiltes Großtor oder in einen markierten Raum ausgeführt.

Jonglieren gegen die Wand auf vorgegebene Weise (Fuß oder Kopf) mit drei Versuchen, von denen der beste gewertet wird.

Die hier aufgezeigten Anforderungen sind zeitlos - von veralteten Ansichten kann nicht die Rede sein

Als Deutscher Sportlehrer lizenziert seit 1978 lernte ich Dr. Cooper aus den Sportlehrbüchern meiner Ausbildungszeit kennen. Ich bin ein glühender Verehrer seiner Lehre und denke, dass er damals schon wusste, dass im Sport das Doping zunehmen würde. So hat er sich bestimmt dazu entschieden den Cooper-Test für Fußballer zu kreieren. In Anlehnung an diese Tabelle entwarf ich eine Laufsportdisziplin, um innerhalb einer Breitensportveranstaltung zu zeigen, dass unterschiedliche Kraftausdaueranforderungen auch die Liga ausmachen in der man spielt.

In der Bundesliga braucht man logischerweise mehr Kraftausdauer, als in der Kreisklasse.

Mehr dazu unter www.fussballkondition.de

Englisch As a German sports licensed teacher since 1978, I met Dr. Cooper from the sport textbooks my training know. I am an ardent admirer of his teaching, and I think at that time he already knew that the doping in sport would increase. So he has decided to create itself determines the Cooper test for footballers.

Based on this table, I designed a Running discipline to show within a grassroots event that different endurance requirements also represent in the league to play. In the Bundesliga, logically, you need more stamina than in the circle class. More information at www.fussballkondition.de

Spanisch: Como deportivo alemán licencia profesor desde 1978, me encontré con el Dr. Cooper de los libros de texto del deporte mi entrenamiento conocía. Soy un ferviente admirador de su enseñanza, y creo que en ese momento ya sabía que el dopaje en el deporte se incrementaría. Así que ha decidido crear en sí determina la prueba de Cooper para los futbolistas. A partir de esta tabla, diseñé una disciplina Correr

para mostrar en un evento popular que los diferentes requisitos de resistencia también se representan en la liga para jugar. En la Bundesliga, como es lógico, se necesita más energía que en la clase de círculo. Más información en www.fussballkondition.de

Türkisch: Bir Alman spor 1978 yılından bu yana öğretmen lisanslı olarak, benim eğitim biliyorum spor ders kitaplarından Dr Cooper bir araya geldi. Onun öğretim ateşli bir hayranı ve ben o zaten sporda doping artacağını biliyordum o zaman düşünüyorum. Bu yüzden kendisi futbolcular için Cooper testi belirler oluşturmaya karar verdi. Bu tabloda dayanarak, farklı dayanıklılık gereksinimleri de oynamak için ligde temsil eden bir halk olay içinde göstermek için bir çalışan disiplin tasarlanmıştır. Bundesliga, mantıksal, sen daire sınıfında daha fazla dayanma gücü gerekir. www.fussballkondition.de Daha fazla bilgi

Bilder vom Nordic Walking-Marathon mit Rudolf Beier durch den Thüringer Wald. Dieses Bild zeigt einige Teilnehmer beim Start in Blankenstein Am 14.09.2013 startet Rudolf Beier zum ersten Male beim Marathon in Plettenberg. Näheres hierzu im Internet unter „P-Weg“.



Rechts das Bild zeigt einige Teilnehmer beim Start in Spechtsbrunn.

Tu Gutes und berichte darüber... Von Sieghard Tinibel

Die Gründung des neuen Gelsenkirchener Sportvereins – GMC – ...

...wurde zum Erhalt der hehren Themen notwendig und findet auf Initiative des seit 1978 lizenzierten Sportlehrers Sieghard Tinibel, am Montag, den 16. Sept. 2013 im "Haus Steinfurt" an der Belforter Straße in Gelsenkirchen-Rotthausen ab 19:00 Uhr statt.

3. Anfrage: „Wer ist heutzutage im Deutschen Vaterland eigentlich für die Bekämpfung der Korruption zuständig?“



Otto Tinibel geb. 01.11.1896, gefallen im 1. Weltkrieg am 25.08.1916 in Thiebfaß Belgien beim Wasserholen für seine Kameraden

Großherzige Leute kümmerten sich zu allen Zeiten um Sport und Kultur. Sei es als Mitglieder im Vorstand der Vereine oder als Förderer, wie es in einer Festschrift des Rotthausener Gesangsvereins dokumentiert ist.

Die wohl angeborene Großherzigkeit und die anerzogene Vaterlandstreue im Sinne des Deutschen Kaiserreichs wurde der Familie auch manchmal zum Verhängnis. So dem einzigen Sohn des Metzgermeisters, der an der Front in Belgien beim freiwilligen Wasserholen für seine Kameraden mit 19 Jahren fiel.

Da an der versuchten Ausgrenzung von meinem Lebenswerk im Sport, neben dem Rotthausener Immobilienriesen auch Deutsche Beamte und Ortspolitiker, mit Kirchenvorständen beider großer christlicher Konfessionen in Rotthausen sowie ein Rechtsanwalt, zusammen mit dem Rotthausener „Leerstandsmanagement“, dem Bürgerverein Rotthausen und auch der Kolpingverein Rotthausens mitgemischt haben, halte ich meinen Korruptionsvorwurf gegenüber dem Justizministerium unseres Bundeslandes NRW aufrecht. Bisher hat sich auch noch keiner entschuldigt für sein unsportliches Verhalten. Ich denke, da sich immer mehr „Klöpse“ der kaufmännisch ungebildeten Widersacher zeigen, wird es noch eine viel interessantere

Geschichte für die Justizministerien werden, als sie es jetzt schon ist.

DLV -3615 VL

Nur wer diesen Stempel besitzt ist auch rechtmäßiger Federführer der darunter beim Verband notierten Sportveranstaltung.

Von Sieghard Tinibel

Was wussten Rotthausens korrupte alte Männer von dem Griff nach der Veranstaltung?

Zum Thema:

Korruption in Rotthausen lässt neuen Sportverein entstehen!

Machenschaften, die sich ausgehend vom "Rotthausener Vorortsmanagement" über Gelsenkirchener Amtsstuben mit Unterstützung einiger Politiker, bis in die Geschäftsführung bedeutender Rotthausener Vereine und durch Ehrenamtslobbyisten gar bis in die Kirchengemeinden der größeren christlichen Konfessionen des Vorortes hinziehen, veranlassen nun den ehrenamtlichen Sportlehrer Sieghard Tinibel zu diesem Schritt. Selbst das Justizministerium in Düsseldorf steht diesen Dingen machtlos gegenüber... mehr darüber in [FLE-Rückblick](#). (Klick dazu hier [FLE-Rückblick](#). mit gedrückter Strg-Taste)

Will man nun irgendeiner Art von Korruption begegnen, muss man zunächst eine Spur legen. Möglichst eine Spur die nach Vorteilen und Geld riecht, denn nur damit sind korrupte Kräfte zu entlarven. Logischerweise gibt es zumindest für gedanklich ziemlich simple Menschen keinen anderen Grund zur Korruption und nichts anderes lässt korrupte Kräfte unvorsichtig werden. Und tatsächlich sind die Burschen mir auf den Leim gegangen. Hätten sie damit wenigstens

dem Sport in seiner wichtigsten Funktion nicht geschadet und hätten dabei nicht mein Lebenswerk im Sport fast zerstört, wäre mir das in meiner Großherzigkeit nach wie vor eigentlich auch egal gewesen, denn in meinem Berufsleben musste ich auch so manche Korruption beobachten und als gegeben hinnehmen.

Schon in den Anfängen meines Engagements im Sport wurde ich immer wieder mit ähnlichen, jedoch aber kleineren Vorgängen von Korruption konfrontiert. Augenscheinlich wurde mir dies aber recht deutlich bei meiner Tätigkeit als 1. Vorsitzender des Vereins DJK TuS Rotthausen in den Anfangsjahren der Verschmelzung gemacht. Ich weiß gar nicht, wie der damals mit der Verschmelzung beauftragte Anwalt sich einem ordentlichen Arbeiten so ignorant widersetzen konnte, dass er es nicht einmal für nötig befand die „Ehrenämter“ mit einem Gruß bei seinem Besuch der Jahreshauptversammlung von DJK TuS Rotthausen zu würdigen.

Ich stutzte... und stutzte nochmals... und dachte Hallo, das gibt's doch wohl nicht! Allerdings war ich der Einzige dem diese Unhöflichkeit missfiel, denn meine Vorstandskameraden die den Anwalt wohl näher kannten nahmen das alles ziemlich gelassen auf. Für mich war dies das erste sichere Zeichen, das mich dazu veranlasste meinen Mitstreitern im GSF-Vorstand von DJK TuS gegenüber etwas argwöhnischer zu sein.

Ganz stutzig wurde ich aber erst, als man mich „vom Sockel stieß“ und selbst biedere Kameraden sich nicht an vorhergegangene Versuche ähnlicher Art erinnern wollten. Als dann die korrupten Kräfte anfangen mir kleinere Warnschüsse in Form von anwaltlich verfassten E-Mails auf den Rechner flattern zu lassen, konnte ich mir denken woher der Wind in welche Richtung wehen sollte. Objekt der Begierde war der von mir in unserer Stadt Gelsenkirchen installierte Int. Gelsenkirchener Volkslauf mit dem „Ruhrpotthalbmarathon“, den man mir so einfach > mir Nichts, dir Nichts < wegnehmen wollte. Aber nicht auf dem anständigen Wege, wie zum Beispiel VIVAWEST die Nachfolge des Karstadt-Marathons angetreten hat, sondern eben auf dem korrupten Wege, denn die darin eingebundenen Leute schienen auch ein gestörtes Verhältnis zum Eigentum anderer Leute zu haben. Sie legitimierten sich dazu mit einem Schulterchluss im GSF-Vorstand und das sollte dann wohl dazu reichen. In der Beziehung fielen mir wieder die Worte meines Berufsschullehrers ein, der 1959 schon der festen Überzeugung war, dass die Bundesrepublik Deutschland sich zu einem „Tummelplatz für Strolche“ entwickeln würde.

Selbst wenn es so gewesen sein sollte, dass auch vielleicht sogar die „Unterhüuptlinge“ neben den korrupten Haupträdelsführern im Verein DJK TuS Rotthausen für eine Übernahme der Veranstaltung nach meinem Vereinsausschluss gestimmt hatten, gibt das noch lange Niemandem das Recht diese Sportveranstaltung mit dem darin eingebundenen Projekt gegen Doping und Drogen zu zerstören. Bis heute hat sich noch keiner bei mir für sein Verhalten entschuldigt, welches auch die Zerstörung der damals gerade begonnenen Zusammenarbeit mit den Ev. Kliniken in Gelsenkirchen und dem Gesundheitspark-Nienhausen zur Folge hatte.

Dieses Verhalten ist Beweis genug für mich, dass ich trotz allen Engagements rund um die Uhr für den Verein DJK TuS , nicht sehr beliebt war. Kein Wunder, wenn in meiner Abwesenheit immer wieder von den korrupten Pseudosportlern mein Image durch schlechtes Herziehen hinter meinem Rücken angekratzt wurde. Dieses geänderte Verhalten der Leute, die ich neben meiner Tätigkeit als Trainer und als Vorsitzender oder dann später auch als „Abteilungsleiter“ im Verein DJK TuS Rotthausen sportlich betreute, bemerkte ich etwas stärker zunehmend ab 2007.

Allerdings hatten sich meine Widersacher in der Resistenz eines Kreisligafußballtrainers gegenüber solchen Dingen getäuscht. Je mehr die Begehrlichkeiten aufkeimten und je mehr ich linke Spielchen bemerkte, umso mehr wuchs in mir die Kraft und der Wille diesen korrupten Kräften zu begegnen.

Getäuscht hatten diese Leute sich auch in meinem unerbittlichen Willen, mich nicht vom Sport ausgrenzen zu lassen. Als nach meinem Vereinsausschluss der neue 1. Vorsitzende mir eröffnete, dass ich somit nun „Draußen“ wäre, musste ich innerlich lachen, denn diese Sorte von Sportkameraden konnten ja nicht wissen, dass ich neben meinen Kameraden im Verein DJK TuS und eigentlich in ganz Sport-Rotthausen, auch Sportler im Stadtgebiet Gelsenkirchens und darüber weit hinaus habe, die mich heute noch schätzen und meine „Pionierleistung“ noch heute würdigen. Denn vor dem Bekanntwerden von Twitter und Facebook, diente mir meine riesige E-Mail Adressensammlung in Sachen überregionaler Kommunikation unter Sportlern, die ich mit einer Newsletterfunktion über Jahre pflegte und ausbaute.

Um mein Lebenswerk im Sport nun fortzusetzen, habe ich dementsprechend vor, einen neuen Verein zu gründen, in dem sich vielleicht der ein oder andere Sportler zur Mithilfe bereit erklärt, über den Gelsenkirchenmarathon mit den eingebundenen Medizinern und Sportlehrern eine „RUNNING CULTURE“ zu festigen und in der ganzen Welt über die sozialen Netzwerke und mit Veranstaltungen zu verbreiten.

Ich denke, dass auch die Newsletterfunktion mit mehr als 12.000 von mir seit 1996 deutschlandweit gesammelten Mailadressen dabei behilflich sein kann. Alle Sportkameraden und -kameradinnen in den Vereinen Gelsenkirchens, die mit mir jemals Sport getrieben haben und die dabei meine Art kennenlernten und diese evtl. noch zu schätzen wissen, bitte ich nun mir dabei zu helfen und möglichst in diesen neuen Verein GMC, als passives Mitglied (sozusagen als Sympathieträger) einzutreten. Passiven Sportlern wird 1,- € monatlich abverlangt.

Dieser transparente Veranstaltungsverein verlangt wie es sein muss von aktiven Sportlern 4,- € Beitrag. Passive Sportler die selbstständige Gewerbetreibende sind, werden gebeten mit 3,- € den Verein zu unterstützen. Diesen Leuten dienen alle Webseiten, die ich nach ihren Wünschen kostenlos wie bisher gestalte, in Online-Mitteilungen und im Video, als PR-Plattform für diesen Beitrag. Individuelle Wünsche werden dabei von mir umgesetzt.

Im kommenden Jahr habe ich 4 Veranstaltungen gemeldet, die SF Bulmke 67 e. V. trägt. Im Jahre 2015 werde ich womöglich 70 Jahre alt. Für den 17. Mai 2015 habe ich den 23. Gelsenkirchener Volkslauf zur Durchführung angemeldet (den echten). Das gehört meiner Meinung nach auch im Vorfeld der Gründung des neuen Vereins dazu, denn der neue Verein sollte nicht ähnlich wie der DJK TuS Fusionsverein ein ähnliches Lügengebäude werden.



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

**Die Gründungsversammlung des neuen
Gelsenkirchener Sportvereins Am Montag, den
16. Sept. 2013 im "Haus Steinfurt" 19:00 Uhr.**

GelsenkirchenMarathon-Cooper e. V.

Gelsenkirchen-Rotthausen, Belforter Straße neben dem Bergbaumuseum.



Gelsenkirchen
Marathon
Cooper

**Gegründet:
16.09.2013**

Hervorgegangen aus dem
Int. Gelsenkirchener
Volkslauf - seit dem
11. Mai 1985



Running-Culture
Worldwide

**KEINE
MACHT DEN
DROGEN**



**Fußballstadt
Gelsenkirchen**

Anfänglich
im Bulmker
Park und
Burgerspark
am Tossehof



**SPFR
BULMKER
1987**

Der GMC-GelsenkirchenMarathon-Cooper e. V.

macht es sich zur vorrangigen Aufgabe den Breitensport in allen Belangen nach den Zielsetzungen des Dr. Kenneth Cooper zu fördern und kooperiert dabei natürlich weiterhin wie gewohnt, mit allen Fußball- und Leichtathletikvereinen Gelsenkirchens über den Breitensport. Als Sportgelände des Vereins ist der Gesundheitspark-Nienhausen mit dem Sportpark „Auf der Reihe“ zu betrachten und wird mit allen gesundheitsdienlichen Einrichtungen und vorhandenen Plätzen – auch Tennisanlagen und Freibad- wie Saunaanlagen genutzt.

Sei am Montag (16.09.) dabei und erfahre mehr!

DFB-COOPER-LAUF gegen Doping und Drogen im Sport und am Rande des Sports.

ZITAT WAZ vom 23. Aug. 2013

„In der Methode ruht die Stärke der Schule.“

Adolph Diesterweg (1790 - 1866), deutscher Schulreformer

Alte Methoden - neu verpackt... Die Wissenschaft bleibt nicht stehen. Jedoch sollte man nicht meinen, dass das was früher galt, gar nicht mehr gelten sollte... denn die

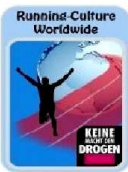


Tabelle nach Dr. Kenneth Cooper abgewandelt für Jugendliche

Jungen	Strecke in Meter nach 12-minütigem Lauf - Tempo beliebig						
	11 J	12 J	13 J	14 J	15 J	16 J	17 J
ausgezeichnet	2800	2850	2900	2950	3000	3050	3100
sehr gut	2600	2650	2700	2750	2800	2850	2900
gut	2200	2250	2300	2350	2400	2450	2500
befriedigend	1800	1850	1900	1950	2000	2050	2100
mangelhaft	1200	1250	1300	1350	1400	1450	1500
ungenügend	weniger zurückgelegte Meter als bei mangelhaft						

Mädchen Strecke in Meter nach 12-minütigem Lauf - Tempo beliebig

200 Meter weniger als Jungen in allen Klassen

Werte die Dr. Kenneth Cooper in den 70er Jahren auf den Weg gebracht hatte, um den Sportlehrern und allen Sportlern eine gewisse, vertretbare Orientierungshilfe der allgemein für dauerhaften, sportlichen Erfolg erforderlichen und antrainierbaren Kraftausdauer zu geben, gelten natürlich auch noch heute. Diese Werte sind in eine Norm gebracht worden die speziell für Fußballspieler ohne medizinische Unterstützung erreichbar und haltbar sein sollten. Dass in den oberen Klassen gegenüber den unteren Klassen auch weniger Kraftausdauer benötigt wird dürfte logisch sein. Dr. Cooper war jedoch nicht nur Sportphysiologe und Berater des Weltmeisters Brasilien von 1970 in Mexiko. Auch in anderen Sportarten legte er für alle Sportarten Werte fest, die ähnlich zu handhaben sind wie im Fußball. So existieren Kraftausdauer tabellen auch für Leichtathleten, Schwimmer und Radfahrer sowie anderen Sportarten, die man sich besonders bei der Ausbildung der Sportler der DDR zu Nutze machte, die jedoch wie bekannt, von einigen missbraucht wurden und mit Dopingmitteln zu mehr allgemeiner Leistungsfähigkeit der Sportler führten.

Freitag, 23. August 2013

WAZ-Lokalsport

Ein neuer Sportverein gründet sich in Nienhausen

Rotthausen. Auf Initiative des seit 1978 lizenzierten Sportlehrers Sieghard Tinibel wird am 16. September (Montag, 19 Uhr) der neue Gelsenkirchener Sportverein GMC Gelsenkirchen Marathon Cooper e.V. gegründet. Die Gründungsversammlung findet statt in der Gaststätte „Haus Steinfurth“ an der Belforter Straße. Der Klub macht es sich zur vorrangigen Aufgabe, den Breitensport in allen Belangen nach den Zielsetzungen des Dr. Kenneth Cooper zu fördern und kooperiert dabei mit allen Fußball- und Leichtathletikvereinen Gelsenkirchens. Als Sportgelände des Vereins ist der Gesundheitspark Nienhausen mit dem Sportpark „Auf der Reihe“ zu betrachten und wird mit allen gesundheitsdienlichen Einrichtungen und vorhandenen Plätzen – auch Tennis- sowie Freibad- und Saunanlagen – genutzt.

Mehr zu Cooper Test unter diesem Link:

<http://www.gelsenkirchenmarathon.de/dateien/le/FLECO.PDF>

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.**

Im Winter ist es doch angenehm die Bundesliga live im Warmen erleben zu können. Natürlich mit allen Emotionen die die Ligakonkurrenz kennt.



Beliebt in den Reihen Rotthausener Sportler sind die SKY Sportübertragungen im Haus Beckmann an der Schonnebecker Straße... .. und im Haus Steinfurt an der Belforter Straße.

Die Gründung des neuen Gelsenkirchener Sportvereins GelsenkirchenMarathon-

Cooper e. V. GMC findet am Montag, den 16. Sept. 2013 ab 19:00 Uhr in der Gaststätte "Haus Steinfurth" in Gelsenkirchen-Rotthausen, Belforter Straße statt. Ein kurzer Anruf unter 0209 136181 bei dem man seine Anwesenheit bekundet wäre organisatorisch hilfreich.

DLV -3615 VL

Nur wer diesen Stempel besitzt ist auch rechtmäßiger Federführer der darunter beim Verband notierten Sportveranstaltung.

FLE-Video zum Fußball am Wochenende vom Jubiläum des VfB 09/13 in der Feldmark





Nicht wenig Sportler wollten den Auftritt der „Blindenfußballer“ des VfB Gelsenkirchen einmal live miterleben. Auch die Freunde vom FC Schalke 04 unterstützten das Jubiläum des Traditionsvereins in der Feldmark. Mehr im Video [100jähriges von VfB Gelsenkirchen – mit Fußball für erblindete Menschen](http://www.youtube.com/watch?v=L7HoMH_COZk) http://www.youtube.com/watch?v=L7HoMH_COZk



Insgesamt zeigte sich der Jubilar zufrieden. Auch das Wetter spielte mit und das ist wichtig. Auch die alten Strategen hätten ihre Freude gehabt. Hier ein Foto aus früheren Aktivitäten zum 50 jährigen VfB Jubiläum mit Albert Rinslandt und Willi Preuß bei einem Einlagespiel der alten Garde.



Weitere Szenen von den Spielen am vergangenen Sonntag... Bulmke 2 gewinnt gegen Zrinski 2 mit 3:2 Toren



Der 1. Vorsitzende der Bulmker Horst Launert, coachte die „Zwote“ zum Erfolg gegen die „Zwote“ von Zrinski.



Die Erstvertretungen von Bulmke und Zrinski bei der Begrüßung. Bulmke führte früh mit 1:0. Am Ende konnte Zrinski mit 2:1 das Spiel doch noch für sich entscheiden. Der ehemalige Coach der Schalke 04 Jugendmannschaften, Wolfgang Ermer ist kurzfristig beim FC Zrinski eingestiegen. Die beiden nächsten Bilder zeigen ihn in Aktion am Rand. Wolfgang Ermer hatte einige Erfolge zu verzeichnen. Er bildete auch den DJK TuS Torjäger Stefan Rasche aus.



Wolfgang Ermer in Aktion. Die Verbundenheit zu seinem langjährigen Arbeitgeber zeigt er noch immer mit seiner Sportkleidung. Heute ist er Inhaber eines Sportdirekthandels. www.sportermer.de

Die Ergänzungsspieler von DJK Adlersehen zur Halbzeit eine 4:0 Führung ihrer Ersten Mannschaft. Coach Ralf Neugebauer ließ sich an diesem Sonntag von dem Trainer der Zweiten Mannschaft vertreten.



In Rotthausen „Auf der Reihe“ stand es zu diesem Zeitpunkt 1:0 für den Gastgeber gegen Bochum Riemke und die Platzbesitzer hatten das Spiel voll im Griff. Allerdings musste man sich am Ende aber mit einem Punkt begnügen. Das 1:1 fiel 2 Minuten vor

Spielende durch einen Abwehrstellungsfehler bei einem Freistoß. Bewegte Bilder dazu auch im FLE-Video...

DJK TuS 1:1 Remis

<http://www.youtube.com/watch?v=m5fveA120R8>



Der Coach der Bochumer wollte sich nicht abfinden mit der drohenden Niederlage in Rotthausen und schickte etliche Leute zum Warmmachen an den Rand. DJK TuS Rotthausen konnte aber das Spiel weiterhin kontrollieren und hatte einige gute Angriffe auf das Bochumer Tor zu verzeichnen, bei denen sogar ein Elfmeter nicht gegeben wurde.





**Sahen ein gutes Bezirksligaspiel... die Anhänger der DJK TuS
Rotthausen... Am kommenden Wochenende ist wieder der
SSV/FCA Gastgeber im Sportpark „Auf der Reihe“**