

| | | | |
|---|-----------------------------|--|--|
|  | <h1>LAUFEN EXTRA</h1> |  | <p>KEINE MACHT DEN DROGEN</p>  |
|  | <h1>FUSSBALL EXTRA</h1> | <p>Fußballstadt Gelsenkirchen</p> | <p>S P O R T O H N E D O P I N G</p> |
| <p>1. Fußballonlinemitteilung Verantwortlich: Sieghard Tinibel Tel. 0209 13 61 81</p> | | <p>- 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</p> | |
| <p>Gesunder Laufsport für alle in der Fußballstadt! Gelsenkirchenmarathon www.gelsenkirchenmarathon.de</p> | |  | |
| <p>Weltweit immer noch einmalig und nur im Westfalenland! Fußballer und Leichtathleten in einem Verband - FLVW</p> | | | |

Fußballextra seit 1984 - Saison 2013/2014 - Laufende Nr. **+018** vom 24. Dez. 2013

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

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

Von Sieghard Tinibel

Sport ohne Politik oder Politik ohne Sport?



Zu allen Zeiten schon wird der Sport von Politikern der regierenden Parteien als ein willkommenes PR-Mittel genutzt. Insbesondere wenn Wahlen anstehen, schmücken Sie sich gerne mit Auftritten in den Arenen und Sportstätten. Wenn die kommende Fußball-Weltmeisterschaft in Brasilien in ihre Vorbereitungsphase geht, ist es wieder einmal soweit, dass man leidige politische Themen gerne wieder mit dem Wahlkampf in Verbindung bringt und mit Sport focussiert. Im WM-Jahr 2014 sollte es einmal so gemacht werden dürfen, dass man hinterfragt, warum die SPD in Gelsenkirchen den DFB-Cooper-Lauf gegen Doping und Drogen abwürgen will. Dieses frage ich weil ein führender Politiker der SPD mich vor meinen Freunden ernsthaft als krank bezeichnet hat. Darüber wird dann im kommenden Wahlkampf ab dem nächsten Jahr zu befinden sein. Insbesondere Ärzte aus den Reihen meiner Familienmitglieder dürften sich über solche Fern-diagnosen sehr wundern. Doch zunächst der Jahreszeit gemäß, einen weltweiten Gruß an alle Fußballfans und Breitensportler mit dem FLE Video aus der Bezirksliga Gruppe 10 im FLVW... aber auch mit einem Gruß aus dem weihnachtlichen Gelsenkirchen FLE – Frohes - Fest klick den Link <http://www.youtube.com/watch?v=ZM0JrGpOvZI>

Video FLE – Krönung durch Spitzenspiel **Klick** <http://www.youtube.com/watch?v=jgr22dniCIU>

Günnigfeld hat sich durchgesetzt und trotz achtfachem Ersatz das Spiel in Rotthausen noch gedreht... Respekt... Allen Akteuren und Fans ein schönes Weihnachtsfest und ein gesundes Neues Sportjahr 2014.

Günnigfeld ha prevalecido y el juego todavía se volvió a pesar de ocho veces la sustitución en Rotthausen ... Respeto ... Todos los actores y los fans una Feliz Navidad y un Feliz Nuevo Deporte 2014.

Günnigfeld hakim olmuştur ve oyun hala Rotthausen sekiz kez değiştirilmesi rağmen döndü ... Saygı ... Tüm aktörler ve fanlar Mutlu Noeller ve mutlu bir Yeni Spor 2014.

Günnigfeld has prevailed and the game still turned despite eight times the replacement in Rotthausen ... Respect ... All actors and fans a Merry Christmas and a Happy New Sport 2014.

Günnigfeld ha prevalso e il gioco trasformato ancora, nonostante otto volte la sostituzione in Rotthausen ... Rispetto ... Tutti gli attori e tifosi un Buon Natale e un felice nuovo sport 2014.

Im Feldmarkstadion konnte man am letzten

Wochenende Francesco Pianeta, den

Gelsenkirchener Schwergewichtsboxer, der gegen Vladimir

Klitschko leider unterlag, beim Fußballspiel – seiner Alternativsportart - mit seinen Kameraden von Grün Weiß Heßler gegen VfB Gelsenkirchen betrachten. Zur Halbzeit führte der VfB mit 2:0 Toren. Endergebnis 3:2 für den VfB. Beim Spitzenspiel an diesem WE der Bezirksliga Gruppe 10 in Rotthausen „Auf der Reihe“ gab es eine überhart geführte Partie zwischen dem SSV/FCA und

Günnigfeld, die keine Tore zuließ. Der Schiedsrichter dieser Partie wirkte dabei mächtig überfordert. Er hätte besser an der äußeren Spielfeldseite seine Meter machen sollen, so aber war er mittendrin, und obwohl läuferisch auf Ballhöhe konnte er aber nicht immer mitbekommen, wie die Gegner miteinander umgingen, wenn der Ball nicht im Geschehen war. Die Nickeligkeiten geschahen aber genau dann, wenn der Schiri mal wieder nichts sehen konnte... Dies gilt als Tipp für alle Schiedsrichter von hektischen Partien, in denen es um etwas mehr geht, als um 3 Punkte.

Diese sogenannten 6 Punkte Spiele, wenn sich die Tabellennachbarn um Aufstieg oder Abstieg beharken, werden meist mit etwas mehr Härte und Unfairness als normal geführt. Video FLE –

Spitzenspiel überhart und torlos Klick <http://www.youtube.com/watch?v=KsOzqHPsbyA>



Sahen keine Tore am Wochenende zuvor: Die Zuschauer „Auf der Reihe“





Gegen DJK TuS – einem Wochenende später – wurde es etwas besser. Beim Spiel des 1. gegen den 2. der Tabelle in der Bezirksliga Gruppe 10
Hier ein paar Bilder von der Partie...

K4000

FRANK7 1,48 EUR

Lauf- und Walkingkalender

FLVV e.V. - Jakob-Koenen-Straße 2 - 59174 Kamen

Gesamtmenge: 1 Stück

Der neue Kalender ist auch da...
4 x DFB-Cooper Lauf im WM-Jahr
 in der Fußballstadt. Am 1.1. am 13.4. am 1. 5. und am 7.9. mit dem neuen Brückencross

Sieghard Tinibel
 Chaudronstr. 29
 45884 Gelsenkirchen





In Erwartung des Weihnachtsfestes sind Häuser und Schaufenster der Geschäfte in der Mitte des Gelsenkirchener Vororts Rotthausen an der Karl-Meyer-Straße, sowie gegenüber der Turmschule oder auch im „Düppel“ festlich erleuchtet.





Recht früh wird der kommende Wahlkampf 2014 eröffnet...

Denn die Führung der SPD im Gelsenkirchener Süden denunziert nun Sieghard Tinibel, obwohl er kein Politiker ist und auch keiner Partei angehört, indem sie ihn vor seinen Freunden als krank abstempelt und die Sportlehreigenschaft seiner Trainerlizenz in Frage stellt. Nachdem der Zugriff auf den Gelsenkirchenmarathon durch korrumptierende Kräfte im Vorstand der DJK TuS Rotthausen abgeblockt werden konnte, sollte zumindest in Gelsenkirchen überlegt werden, ob es nicht ratsamer ist, einer Partei seine Stimme bei den kommenden Wahlen zu geben, die für den kleinen Mann mehr übrig hat, als Lügen und Rufmord. Nach über 30 Jahren korrekter, innovativer Arbeit - nicht nur im Sport sondern auch im Versorgungsamt Gelsenkirchen, als Landesbediensteter - wird Sieghard Tinibel nun von Führungskräften der SPD im Gelsenkirchener Süden, neben angeblich fehlender Sportlehreigenschaft und Lizenzlosigkeit auch als krank sowie als Bratwurst bezeichnet.

Den Politikern anderer Parteien in Gelsenkirchen-Rotthausen, denen das "Gehampel" um den Gelsenkirchenmarathon nicht entgangen ist (CDU Herr Klein - AUF Dr. Mast) wurde jetzt von der letzten Denunzierung Mitteilung gemacht.

Daher ergeht von Sieghard Tinibel folgender Appell an dieser Stelle:" Zunächst allen Sportler in Nah und Fern für ihre Unterstützung bei der Wiedereroberung des Projekts im Gelsenkirchener Breitensport „Gegen Doping und Drogen im Sport“ - ein großes DANKESCHÖN -

SPD Rotthausen feiert Jubiläum und ehrt langjährige Mitglieder

Mehr als 50 Gäste fanden sich jetzt zur Jubiläumsfeier der SPD Rotthausen mit OB Frank Baranowski und Prof. Stefan Goch, die beide eine Rede hielten, ein. Folgende Mitglieder wurden bei der Feier vom OB als Jubilare ausgezeichnet: Irmentraut Comprix für 50 Jahre, Horst Schneider, Günter und Annemarie Marschke für jeweils 40 Jahre. Seit jeweils 25 Jahren sind dabei: Rainer Krüger, Gerda Wurm, Ernst Stachorra, Wolfgang Dürnfelder, August Cramer und Walter Kolboske; seit 15 Jahren: Ilse Korzen und Aloysius Neuwald. Bei der Jubiläumsfeier wurde der langjährige OV-Vorsitzende, Stadtverordnete und Träger des Bundesverdienstkreuzes, Heinz Ortkamp, zum Ehrenvorsitzenden ernannt.

WAZ

Umgang prägt den Menschen und daher liegt es nahe, dass man sich gegen Verleumdungen wehren sollte, wenn sie nicht den Tatsachen entsprechen. Wenn die Führungskräfte der SPD so etwas äußern ist dies schon ziemlich starker Tobak, und dürfte wohl die Meinung des gesamten SPD-Vorstandes oder gar auch der Partei im Gelsenkirchener Süden sein, der an Zeiten erinnern lässt in denen es Gang und Gäbe war, dass man unbequeme Menschen verleumdete. Adolf Hitler und Erich Honecker lassen grüßen...

Es ist nun wohl an der Zeit, den politischen Kräften in Gelsenkirchen für das falsche Spiel über Jahrzehnte die Quittung zu geben. Sowohl 2014 bei der Kommunalwahl, als auch bei den anstehenden Europawahlen. Allein die Zahl der chronischen Nichtwähler würde ausreichende Veränderungen zu schaffen. Insbesondere im Jahr der großen Koalition, die sehr bald an die Grenzen aller angepeilten Ziele kommt. Dieser Appell ergeht aber auch zum Schutz der Familie Sieghard Tinibels (5 Personen sind approbierte Ärzte, die diese Behauptung mit dieser Art Rufmord durch Ferndiagnose interessieren könnte).

Nachdem man Sieghard Tinibel nun seit einiger Zeit vor Ort verunglimpft und nach 50 Jahren Mitgliedschaft wg. schnöder Begehrlichkeiten am Gelsenkirchenmarathon aus dem Sportverein geworfen hat, nur um zu erreichen, dass seine Ziele für die Sportjugend abgewürgt werden, erhält das Verhalten von Führungspolitikern der SPD im Süden Gelsenkirchens starke Kritik! Die neue Wertschöpfungskette - Alkoholkonsum an Rande von Sportveranstaltungen - soll wohl nicht gefährdet werden. So langsam versteht jetzt auch jeder Außenstehende, warum dem DOSB-Sportlehrer in all den Jahren - trotz einer Vielzahl an Hinweisen und Bitten an die Gelsenkirchener Stadtregierungen aller Legislaturperioden der letzten 25 Jahre - keiner von den regierenden Sportbeauftragten der Parteien mithalf, gegen Doping und Drogen ein dauerhaftes Zeichen zu setzen!

Das nächste Ziel, das es daher für den Sport in Gelsenkirchen anzupeilen gilt, sollte zumindest sein, einen "Herzblutmarathon" von Sportlern für Sportler ins Leben zu rufen und diesen nach bewährter Manier (wie beim Gelsenkirchenmarathon) auch durchzuführen, denn es ist nicht einzusehen, dass man für Sport auch noch völlig überzogene Startgelder entrichten muss. Wenn schon, dann sollte es zumindest eine kostengünstige Variante neben dem „Profisport“, für vernünftig gebliebene Amateure auch im Marathon geben. Start und Ziel sollten hierbei am mittlerweile renovierten Hans-Sachs-Haus liegen. Dadurch käme man wenigstens zumindest symbolisch nach, dass hier viele Bitten zum Kampf gegen Drogen und Doping aus dem Versorgungsamt Gelsenkirchen eingegangen sind, denen aber bis heute allen keine Beachtung geschenkt wurde. Insbesondere erst Recht nicht, als die Veltins Arena realisiert wurde, die lediglich im Jahre der FIFA WM 2006 auf Anordnung der FIFA, den Veltins Schriftzug von der Sportstätte entfernen musste.

Korruption ist nicht nur im Sport leicht nachzuweisen. Man muss dazu nur eine Spur legen, die nach Geld und geldwerten Vorteilen riecht und schon fallen alle darauf herein. Es wird also Zeit, dass neben dem Geld eine andere Wertung akzeptiert wird. Sozial emotionale Intelligenz mit einer gesunden Herzensbildung und Zivilcourage ist heutzutage gefragter denn je. Vielleicht wird ja in der kommenden Legislaturperiode solch einem Mann oder solch einer Frau zum Durchbruch verholfen.

2017 ist es 500 Jahre her, dass eine ähnliche Intelligenz sich durchsetzte. Zum Wohle der Menschen in Deutschland - sonst würden wohl noch immer Ablasszettel verkauft werden und nur wenige kämen in den Genuss der ewigen Glückseligkeit... denkt mal darüber nach und vergleicht die Zeiten mit den heutigen Zeiten. Sind da nicht doch einige Ähnlichkeiten – zumindest bei der Verarschung durch Politikerlügen mit Korruption?

Franziskus der neue Papst hat sich auch schon Gedanken darüber gemacht und es sieht so aus, als würde er nicht solange warten wollen bis Reformen von anderen Leuten angestoßen werden. Er nimmt es lieber selbst in die Hand, so wie es aussieht. In diesem Sinne allen eine Frohe Weihnachten und ein **Gutes Neues Jahr!**

Klick dazu hier: www.alkoholfrei-Sport-genießen.de

Der Internationale Gelsenkirchener Volkslauf... wartet wie auch die Geschäftsinhaber im Kirchviertel der Stadt am Heinrich-König-Platz, auf eine Belebung ihres

Standortes durch das Ende der Umbaumaßnahmen zur wichtigen Stadterneuerung. Auf dem Bauzaun werden nun alle Geschäftsleute dargestellt, damit vermeintliche Kunden sie auch noch finden können.

Das kann sich aber noch etwas länger hinziehen. Eigentlich wollte der wieder erstarkte Gelsenkirchenmarathon am 17. Mai 2015 seine Wiederkehr an der gewohnten Strecke in der City durchführen. Ob es gelingt, weiß noch niemand genau vorauszusagen, denn weitere Baumaßnahmen sind im Kirchviertel angedacht. In der Übergangszeit will der GMC dann die kommenden Laufsportaktivitäten in 2014 gemäß der neuen Kampagne des DOSB, ähnlich wie zur Bundesgartenschau im kommenden Frühjahr in Hamburg, in die Gelsenkirchener Parkanlagen bringen.



FROHE WEIHNACHTEN

und einen guten Rutsch ins

NEUE JAHR 2014

wünschen allen Sportlern, die Freunde und Sponsoren des

GelsenkirchenMarathon -

Cooper



mit der Firma

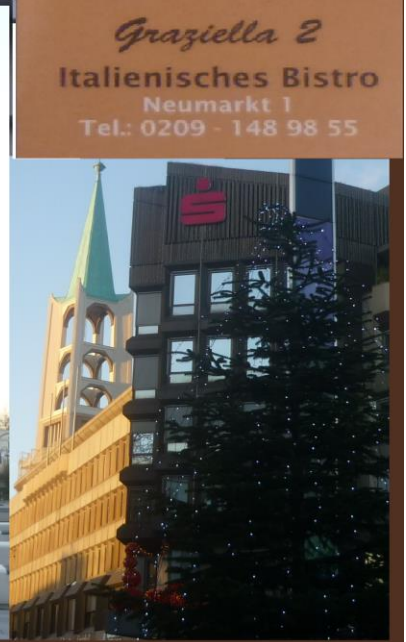
Kapteina und Knepper OHG.

Blieben Sie gesund im Sport!

Graziella
Eiscafé & Cafeteria

Eiscafé & Café
Graziella
Eiscafé & Café
Ebertstraße 9
Tel.: 0209 - 14 64 86

Die Teams des Eiscafé mit Cafeteria und des Bistros Graziella I und II am Hans-Sach-Haus und im Sparkassenhaus wünschen Frohe Weihnachten und einen guten Rutsch ins Neue Jahr 2014



Graziella 2
Italienisches Bistro
Neumarkt 1
Tel.: 0209 - 148 98 55



Das Team der Rosen Apotheke wünscht allen Kunden und Geschäftsfreunden FROHE WEIHNACHTEN und ein GESUNDES NEUES JAHR !



**Ich wünsche allen Sportlerinnen und Sportlern:
"FROHE WEIHNÄCHTEN und ein gutes NEUES JAHR
mit Gesundheit und Fitness!"**

**Mancher Mensch ist schlimmer als ein Tier –
klick: <http://www.peta.de/Angora>**

Eine Cousine Sieghard Tinibels spürt nun auch den gesellschaftlichen Druck, den man erfährt, wenn andere der Meinung sind, dass man seine Handlungsweise ändern sollte, so wie es z. B. der Rotthausener Ortsmulti haben möchte, der sich gerne um ungelegte Eier in der Bevölkerung des Vororts kümmert und sich natürlich in politische Dinge gerne einmischt. Aber auch im Sport wird versucht über die Vereine Einfluss zu nehmen und das nicht erst seit heute. Besonders dann, wenn es etwas zu verdienen gibt. Frau Sch. ist eine weit über die Stadtgrenzen Gelsenkirchens hinaus bekannte, ehrenamtliche Tierschützerin, die sich seit Jahrzehnten mit misshandelten Tieren befasst. Ganz besonders um misshandelte Katzen, die sie, wenn sie diese in den Parkanlagen oder Gärten entdeckt, aufpäppelt und tierärztlich versorgen lässt. Dieses Mitleid zu der gequälten Kreatur entwickelte sie schon als Kind zu der Zeit, als in Rotthausen die „Taubenväter“ unkontrolliert herumlaufende also streunende Katzen mit vergifteten Ködern verfolgten, um sie auf Dauer von den Brieftauben fernzuhalten. Dass es andererseits betrachtet aber Menschen mit so viel sozial emotionaler Intelligenz gibt, ist eigentlich ein Glücksfall für die Gemeinschaft in der diese Menschen leben. Das wissen aber nur die wenigsten zu schätzen. Alle Menschen sollten daher darauf achten, dass Tiere nicht gequält werden. Siehe obiges Video zum Thema Tierquälerei.

**Ein Orden für Jedermann – Lobenswertes Mitdenken der
Stadtverwaltung Gelsenkirchen mit dem betrieblichen**

GELSENKIRCHEN

WAZ

Nach der Arbeit auf zum Sport

Mitarbeiter der Stadt Gelsenkirchen haben das Goldene Sportabzeichen errungen. Betriebliches Gesundheitsmanagement zeigt die ersten Ergebnisse

Von Ute Hildebrand-Schulte

„Mein Ziel ist: Ich mache weiter, bis ich nicht mehr kann“. Ein Mann wie ein Baum, sportlich durchtrainiert – Georg Meulenbergh, Mitarbeiter der Stadt Gelsenkirchen hat in diesem Jahr zum elften Mal das Sportabzeichen abgelegt. In Gold. Natürlich. Und dass es nicht das letzte gewesen sein wird, glaubt man ihm sofort. Zu Jahresbeginn startet das Training fürs nächste.

„Diese Übungen habe ich zuletzt als Schüler gemacht“

Michael Stock (56) ist stolz auf sein erstes Sportabzeichen

Zufrieden blickt Lorena Tomao auf den Männertrupp, der am Mittwoch im Hans-Sachs-Haus mit dem Sportabzeichen – alle in Gold – ausgezeichnet wurde. Genauso hatte sich die Dipl.-Soz.-Wissenschaftlerin das vorgestellt, als sie im April bei der Stadt im Betrieblichen Gesundheitsmanagement anfangen. Schon lange weiß man: „Wenn die Mitarbeiter zufrieden und gesund



Lorena Tomao im Gespräch mit Daniel Schweihoff. Beratung über die richtige Haltung am PC ist ein Part ihrer Arbeit im Gesundheitsmanagement. FOTOS: JO KLEINE-BUNING

Mitarbeiter zufrieden und gesund sind, haben auch die Unternehmen etwas davon“, erklärt Lorena Tomao. Auch wenn sich diese Erkenntnis noch längst nicht überall durchgesetzt hat, ist die Stadt Gelsenkirchen da weit vorne und hat die Rahmenbedingungen geschaffen.

Großer Run auf die Angebote

Seit ihrem Start im April hat Lorena Tomao zu den 15 Betriebssportgruppen auch elf Kurse sowie „Vitaltage“ für Sport und Entspannung zum Reinschnuppern organisiert. Dabei arbeitet die Stadt mit Sportparadies, Gesundheitspark Nienhausen, VHS- und Fitness-Studios zusammen. Das Interesse an den Kursen war so groß, dass gar nicht alle Interessenten teilnehmen konnten. „Wir bieten 2014 noch mehr an“, versichert Lorena Tomao. Bis bald das nächste Training fürs Sportabzeichen startet, wollen die Mitarbeiter der Verwaltung ihre Sportschuhe keinesfalls ein. Die Winterpause nutzen sie zum Hallentraining. Mit dabei ist auch Michael Stock, mit 56 Jahren Ältester in der Runde und bis dahin weitge-

hend sportabstinert. „Die Übungen fürs Sportabzeichen habe ich das letzte Mal in der Schule gemacht“, versichert er mit Stolz über das Goldene Abzeichen. „Er hat sich von Woche zu Woche gesteigert, seine Leistungen kontinuierlich von Bronze zu Silber und zu Gold verbessert“, lobt sein Trainer und Kollege Olaf Meulenbergh.

Von April bis Oktober war er zweimal in der Woche von 16.30 bis 18 Uhr mit der Gruppe auf dem Sportplatz und hat am Ende auch die Prüfungen abgenommen. Meulenbergh kommt aus dem Karatesport und hat die A-Trainer-Lizenz. Auch er selber hat das Sportabzeichen gemacht, so wie auch Stadtkämmerer Dr. Georg Lunemann. Der hält das Sportabzeichen für einen „wunderbaren Beleg für sportliche Ausgewogenheit. Man muss von allem etwas haben“, spielt er auf die verschiedenen Disziplinen an. Und Olaf Meulenbergh erklärt, vielleicht gebe es ja einen „gewissen Gruppenzwang“, aber letztlich würden alle Teilnehmer etwas für die eigene Gesundheit tun.

Ein Orden für Jedermann

Sportabzeichen können alle Bürger erhalten

„Das ist seit 1958 ein anerkanntes Ehrenzeichen, das jeder Bürger erhalten kann“, betont Olaf Meulenbergh, seit 1990 bei der Stadt Gelsenkirchen tätig, inzwischen im Personalrat. Aber vorher heißt es kräftig trainieren. „Schwimmen muss sein“, nennt Meulenbergh die erste Voraussetzung: Zeit und Strecke und hängen vom Alter, Geschlecht und auch vom Abzeichen ab, das man erringen möchte. Geprüft wird auch die Ausdauer, wahlweise im Schwim-

men, Laufen, Radfahren oder Walken. Dritte Disziplin ist Kraft, beispielsweise beim Kugelstoßen, Medizinballweitwurf oder – etwas archaisch – beim Steinstoßen. Die Schnelligkeit wird getestet (Sprint oder Kurzstreckenschwimmen) und die Koordination (Hochsprung, Weitsprung oder Turnen).

Fürs Abzeichen muss man gewisse Mindestanforderungen erfüllen – die Farbe hängt dann von den Leistungen ab.



Dr. Georg Lunemann (r) verlieh die Abzeichen an sechs Kollegen. FOTOS: JO KLEINE-BUNING



Stammtisch des GMC im „Haus Steinfurt“ jeden 1. Montag eines Monats ab 19:00 Uhr – Kostenloser Sport für alle - DOSB-Motto „Spür das draußen!“

SF Bulmke - DJK Adler Feldmark - Kapteina & Knepper OHG - Rosen-Apotheke - A. Verse FGG

laden ein zum Neujahrslauf am 1. 1. 2014 in den Gesundheitspark. Ohne Voranmeldung - Leistungsdokumentation mit Videoaufnahme Keine Datenerfassung - keine Kosten – Start 14:00 Uhr über 3.600 m (DFB-Cooper-Lauf) oder auch 7.200 m - Minigolfplatz am Therapiezentrum Nienhausen – Haupteingang – Einfach hinkommen und teilnehmen mit Neujahrsbegrüßung der Rosen-Apotheke GE im Feldmarkstadion. Mehr unter www.Gelsenkirchenmarathon.de

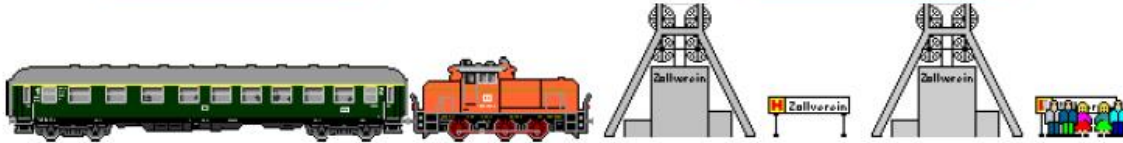
Wer mit Startnummer laufen möchte, bitte schon um 13:30 h vor Ort sein
Gelsenkirchenmarathon-Cooper – Parksport kostenlos - DOSB



Die Gelsenkirchener Laufsportbewegung
RUNNING CULTURE WORLDWIDE - 2014 im Jahr der FIFA WM 4 x in der Fußballstadt
mit dem DFB-Cooper-Lauf. Danke für die Nachempfindung mit sportlicher Unterstützung nach Argentinien und in die USA



Eine ähnliche Bewegung strebt der GMC mit Sieghard Tinibel in der Fußballstadt Gelsenkirchen mit dem DFB-Cooper-Lauf, als eine besondere Art der Laufsportausübung im Parksport an.



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 FUßBALLSTADT 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.

Alfred Verse (im Bild), Horst Lauenert, Matthias Kollmann, Dieter Kapteina und Freunde mit einigen Sportkameraden und Kameradinnen mehr, hielten auch nach dem Verrat durch DJK TuS Rotthausen zu Sieghard Tinibel. Weltweiter Zuspruch über Facebook, Google und Twitter für Sieghard Tinibels Innovation beim DFB-COOPER-LAUF. Mehr dazu unter www.Gelsenkirchenmarathon.de

Damals im Gesundheitspark... Die Einrichtung der ersten DFB-Cooper-Laufstrecke weltweit...



 **Zahl der absolvierten Sportplatzrunde**



Start- und Zielpunkt der DFB-Cooper-Strecke



Ort der Dokumentation über die Kraftausdauer eines Fußballers am 1. Mai 1984 mit den Nationalspielern des FC Schalke 04: Rolf Rüssmann, Klaus Fischer und Matthias Hertget. Dieses sportliche Ereignis war der Initialgedanke zur Gründung des DFB-Cooper-Lauf durch Trainer S. Tinibel.

Damit will der langjährige Fußball- und Breitensporttrainer Sieghard Tinibel aber auch der unter Fußballspielern bei der Durchführung des Tests nach Dr. Kennerth Cooper nicht gerade sehr beliebten Rundendreherei beim Test begegnen. Gleichzeitig aber auch auf die unterschiedlichen Kraftausdaueransprüche in den verschiedenen Ligen aufmerksam machen. Gespräche mit gestandenen Fußballlehrern wie Michael Skibbe und "Gundi" Busch erhärteten seine Devise. Im neuen Gelsenkirchener Gesundheitspark Nienhausen gelang in Zusammenarbeit mit Franz Dümenil nun die Erstellung einer festgelegten DFB-Cooper-Strecke nach dem ursprünglichen Konzept des Astronautentrainers der USA, Dr. Kenneth Cooper. Sieghard Tinibel legte die Strecken der zu absolvierenden Sportplatzrunden über 400 m hintereinander und kennzeichnete die Punkte. Anhand der Cooper-Tabelle oder aber auch anhand der Kriterien des DFB-Cooper-Laufs kann man nun den Test als Fußballer oder aber auch als aktiver Teamsportler einer anderen Sportart zu jeder Zeit absolvieren und den Stand seiner Kraftausdauer messen. Kriterien dazu finden sich im Internet unter www.fussballkondition.de und werden an der Strecke nachlesbar installiert.

Am Samstag, den 16. April 2011 wird mit einem speziellen DFB DLV Eröffnungslauf die Strecke den Sportlern zur allgemeinen Nutzung übergeben. Die neue Art des Kraftausdauer-Tests wurde vom Deutschen Sportmuseum in Köln bereits im Jahre 1997 durch DJK Spfrd. Rotthausen dokumentiert. Der Vorsitzende des FLVW Kreises 12, Manfred Wichmann, konnte wie schon 1997 zur Eröffnung der DFB-COOPER-Strecke ab 11:00 Uhr an der Minigolfanlage des Gesundheitsparks gewonnen werden.



Eberhard Gienger
Mitglied des Deutschen
Bundestages

Herzlich Willkommen!

Liebe Besucherinnen, liebe Besucher,

seit dem 22. September 2002 vertrete ich als direkt gewählter Bundestagsabgeordneter den Wahlkreis Neckar-Zaber im Deutschen Bundestag.

Hier finden Sie alle wichtigen Informationen über mich und über mein politisches Wirken sowohl in Berlin als auch im Wahlkreis. Daneben erhalten Sie eine Vielzahl von Informationen aus dem Bundestag, der CDU und aus dem Landtag von Baden-Württemberg.

Ich wünsche Ihnen viel Spaß auf meiner Homepage und freue mich auf Ihre Fragen und Anregungen oder ein persönliches Treffen bei einem meiner zahlreichen Termine.

Ihr

Impressionen



Suche

Suchen >>

Termine

Eberhard Gienger, der mit den Mitgliedern Herrn Riegert und Herrn Liese von der CDU CSU Bundestags-Fraktion in Berlin auf die DOSB-Aktion www.alkoholfrei-sport-genießen.de aufmerksam machte, wurde von Sieghard Tinibel nach der Verleumdungskampagne der Ortspartei Rotthausen erneut angeschrieben, denn seit jüngsten Vorhaltungen muss Sieghard Tinibel nun auch seine Familie vor übler Nachrede schützen.

Um zu verdeutlichen, worum es dem 68jährigen, seit 1978 ununterbrochen lizenziertem Übungsleiter dabei geht, wurde schon längere Zeit mit Videobotschaften auf youtube.com in mehreren Sprachen veröffentlicht und über google und facebook verbreitet.

Fußball auf den an den Parks grenzenden Spielstätten der Fußballstadt Gelsenkirchen, wissen die Übungsleiter und Sportlehrer Gelsenkirchens, als lieb gewordene Art der Körperertüchtigung schon lange zu schätzen. Zu allen Zeiten gab es beim Fußball, insbesondere zur Zeit der Saisonvorbereitung in den Parks gute Möglichkeiten zu Ausdauerläufen, die im Kader absolviert, auch nebenbei eine gewisse Homogenität der Mannschaft bringen konnten. Fußballlehrer Menze (S04) und DOSB-Sportlehrer Tinibel (GMC) nutzten so schon in den 70er Jahren, mit den Teams der Schwarz Weißen aus Buer-Bülse, die Gegebenheiten vor Ort im Stadtwald Buer am Löwenpark. Später entstand dann auf der Basis der gesammelten Erkenntnisse der DFB-Cooper-Lauf gegen Doping und Drogen im Sport und im Umfeld des Sports, als durchführbare Laufsportdisziplin bei Breitensportveranstaltungen, nach den Richtlinien von Dr. Kenneth Cooper... Zu Tinibels

Innovation zur Orientierung und Kraftausdauerüberprüfung für Fußballamateure siehe auch www.fussballkondition.de .

In den letzten 10 Jahren musste der 68jährige Übungsleiter sich allerdings gegen Begehrlichkeiten zur Wehr setzen, die von einer Gelsenkirchener Immobilienfirma unter Einbindung der Politik-Ortsgruppe ausgingen. Zuletzt wurde Tinibel sogar von Nichtmedizinern der Gruppe dieser politischen Partei als „krank“ eingestuft. Gegen diese üble Nachrede muss sich der beliebte Sportkamerad - auch zum Schutz seiner Familie - zur Wehr setzen. Deswegen geschehen diese langatmigen Ausführungen neben dem Sport. Trotzdem wird Tinibel aber nicht müde, weiterhin zur Motivation gegen Doping und Drogen zu sensibilisieren. Darum auch an dieser Stelle: „Allen Sportlern viel Erfolg und Gesundheit weiterhin mit Sport - wo auch immer ... am besten an der frischen Luft in Parks und Wäldern oder an den Stränden der Meeresküsten – Spür das Draußen!“

KMDD übersandte ein Flyerpaket für das kommende Jahr



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!“



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 Volkslaufs 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>

Der Weihnachtscircus Probst gastiert traditionell wieder im Gesundheitspark Nienhausen.



CIRCUS PROBST
präsentiert in Zusammenarbeit mit: Gelsenkirchen, ELE, STAGE SYSTEMS, 99.7, WAZ

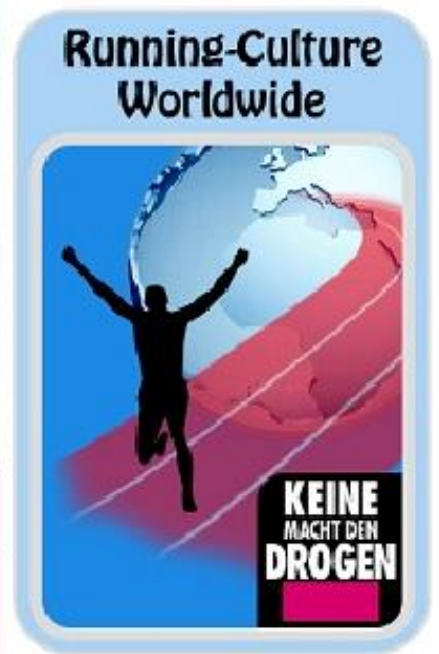
17 JAHRE Die größte weiße Löwengruppe der Welt!

GELSENKIRCHENER WEIHNACHTSCIRCUS

www.gelsenkirchener-weihnachtscircus.de - ZELT IST GUT BEHEIZT!!!

KARTENTELEFON 0209 / 177 99 90

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



FLE findet weltweite Beachtung über facebook, twitter und google. Gelsenkirchen, die Fußballstadt mit dem Projekt einer besonderen RUNNING CULTURE wird auch durch den DFB-COOPER-Lauf beim Int. Gelsenkirchener Volkslauf mit dem GelsenkirchenMarathon durchgeführt. Der Kraftausdauer test 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. 2014 bietet der GMC wieder 4 x Gelegenheit dazu beim kostenlosen Laufsport.



DEUTSCHER OLYMPISCHER **SPORT**BUND

alkoholfrei-**SPORT**-geniessen

GMC-Gelsenkirchenmarathon-Cooper



Sieghard Tinibel
DOSB-Sportlehrer
Lizenz seit 1978

Neben dem DOSB Sportabzeichen, empfiehlt Sieghard Tinibel, seinen DFB-Cooper-Lauf über 3.600 Meter, zur Überprüfung der laufsportlichen Kraftausdauer. Es muss zu diesem Zweck nicht immer gleich ein Marathon sein...

Auch Sepp Blatter konnte den Projektpiraten aus Rotthausen keinen Respekt abringen. Der beliebte Cooper-Wettbewerb wurde einfach aus dem Programm genommen. 2014 wird das Projekt viermal kostenlos durchgeführt.

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.

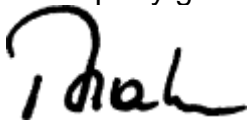
To the fore there is prevention as it is too late when penalties have to be imposed: especially too late for the player concerned who endangered his future career and, above all, his health in particular.

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

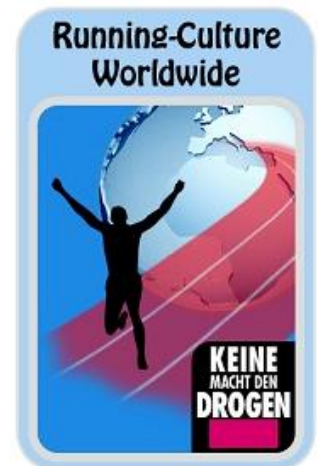
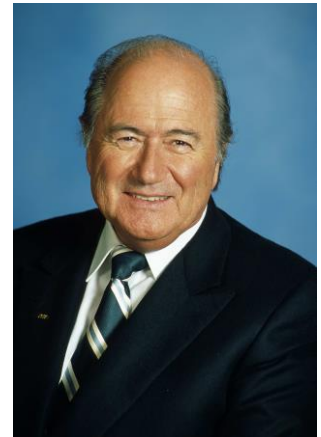
DJK TuS 1910 Gelsenkirchen-Rotthausen deserves a special praise for its efforts to open up possibilities and incentives to all footballplayers to increase their efficiency in a sporty manner by taking part in the international Konditionsgrundlagenlauf which is famous far beyond the Ruhr area.

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

Sieghard Tinibel: „Es fehlt der modernen Gesellschaft zunehmend an sozial emotionaler Intelligenz!“



SPORT VERBINDET ALLE MENSCHEN < > KEINE MACHT DEN DROGEN

www.Alkoholfrei-Sport-genießen.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 weiterhin fortzuführen. Unter Umständen könnte das erst im Jahre 2016 geschehen, denn der Umbau zieht sich hin.





Karl-Meyer-Straße GE-Rotthausen

Grünes Licht für Ihren Einkauf von
Waren und Dienstleistungen

Frohe Weihnachten und einen guten Rutsch ins Neue Jahr



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.



Obermüller Klaus - Goldschmiede und Juwelier
Kaiser-Otto-Platz 14 - 45276 Essen - Steele
Telefon: (0201) 515826 Fax: 0209/134520



Ihnen allen FROHE WEIHNACHTEN
und ein gutes NEUES JAHR
Ihr Goldschmied Klaus Obermüller

Klaus Obermüller zählt seit Jahren zu den Unterstützern des Gelsenkirchenmarathon. Der Rotthausener Goldschmied, der in Essen-Steele sein Geschäft hat, zeigte sich überrascht von der unerwarteten Entwicklung die der Volkslauf nahm.





God Bless The FIFA-Championship In 2014



**Fußballstadt
Gelsenkirchen**

FIFA WM Stadt 2006
Arena des FC Schalke 04

Best Wishes From GMC - Gelsenkirchen-Marathon-COOPER - With The DFB-COOPER-RUN
 Der laufsportliche Kraftausdauer test über 3.600 m - Es muss nicht immer gleich ein Marathon sein!
 La prueba de resistencia atlética corriendo sobre 3600 m - No siempre tiene que ser un maratón!
 The running athletic endurance test over 3,600 m - It does not always have to be a marathon!
 L'esecuzione di test di resistenza atletica oltre 3.600 m - E non sempre deve essere una maratona!
 Le test d'endurance athlétique courir sur 3600 m - Il ne doit pas toujours être un marathon!
 Çalışan atletik dayanıklılık testi m 3.600 üzerinde - Her zaman bir maratón olmak zorunda değil!



GEGEN DOPING UND DROGEN IM SPORT

Weltweiten Zuspruch über Twitter und Facebook mit Google erhält der GMC mit Sieghard Tinibel für den DFB-COOPER-LAUF, denn Dr. Kenneth Cooper, der ehemalige Konditionstrainer der Brasilianischen Elf ist in der ganzen Sportwelt ein Begriff. Warum die SPD-Führung im Gelsenkirchener Süden Sieghard Tinibel nun als krank einstuft, bleibt das Geheimnis der "Sportler" aus Rotthausen, die auch das EU-Projekt "Gegen Doping und Drogen im Sport" zerstören wollten. Damit dürfte auch das Rätsel gelöst sein, warum von der Stadtregierung Gelsenkirchens seit 1995 keine Unterstützung in der Sache gewährt wird. Die Weihnachtsstimmung hat es dem GMC jedoch gründlich verschlagen. Aber dennoch: "Allen weiterhin alles Gute im Sport. Auch den korrupten und unerschütterlichen Widersachern des ehrlichen Sports aus den Vorstandsreihen DJK TuS Rotthausens, denn Sport verbindet bekanntlich alle Menschen!" Der DFB-Cooper-Lauf kann im FIFA-WM Jahr 2014 vier mal in der Fußballstadt nachvollzogen werden. Los gehts am 1. 1. im Gesundheitspark-Nienhausen mit SF Bulmke und DJK Adler Feldmark. Alles kostenlos durch das Engagement der Freunde und Sponsoren - keine Voranmeldung nötig - Start 14:00 Uhr... Videodokumentation der Leistung auf youtube

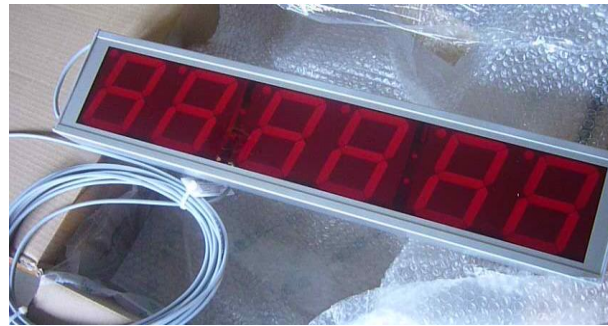
[FLE Video - Frohes Fest klick](#)

FLE Video - [klick - DJK TuS - Günnigfeld](#) und [klick- SSV/FCA gegen Günnigfeld](#)

[FLE aktuell >](#)



[< FLE-Rückblick](#)



Das Weihnachtsgeschenk von den Unterstützern des GMC - eine Digitaluhr als transportable Stadionanzeige - ermöglicht es nun DOSB Sportlehrer Sieghard Tinibel in allen Parks und an anderen klassischen Strecken, den DFB-Cooper-Lauf durchzuführen und die Leistung der teilnehmenden Sportler mit einem Video zu dokumentieren. Z. B. kann auf der althergebrachten Konditionsstrecke des FC Schalke 04 am Rhein-Herne-Kanal oder in Haltern-Flaesheim, die Trainer Langner gerne seinen Probanden vom Profiteam des FC Schalke 04 in den Anfangsjahren der Bundesliga verordnete, nachvollzogen werden, was auch in den Anfängen der BL die Spieler als Bundesligaprofis leisten mussten. Heinz Pliska, der damalige Kapitän und Rotthauer Fußballer des Teams, kann aufzeigen wo der Weg zu seiner Zeit lang ging. Aber auch im Bulmker Park kann nun nachvollzogen werden, auf welcher Strecke "Mister Fallrückzieher" Klaus Fischer die Kondition nach seinem durchlittenen Beinbruch aufbaute. Beim Neujahrslauf im Gesundheitspark Nienhausen am 1. 1. 2014, Start 14:00 Uhr wird das Gerät zum 1. Mal eingesetzt. Für die Teilnehmer ist alles kostenfrei. Danke an alle Sponsoren...

Allen Sportlern in Nah und Fern einen besinnlichen Advent mit der obigen Ansicht der Weihnachtsüberraschung des Ingenieurs aus Dresden. Bitte schaut bald wieder auf diesen Punkt der Webpage www.gelsenkirchenmarathon.de gegen Doping und Drogen im Sport - Zum Weihnachtsfest wird das Paket geöffnet sein und der Inhalt, den das "Christkindchen" serviert hat, wird dann zu sehen sein. Danke an die Firmen Kapteina und Knepper OHG sowie der Rosen-Apotheke-Gelsenkirchen mit Graziella 1 und 2... man sieht sich – wohl auch nach dem Stadtumbau wieder beim Sport im Kirchviertel Gelsenkirchens, wenn der Lauf vom Herkules im Nordsternpark ausgehend über den Heinrich-König-Platz und über die Bahnhofstraße um das neue Hans-Sachs-Haus geführt wird. Bis dahin fließt aber noch viel Abwasser durch die neuen Rohre, der untertunnelten Emscher mit dem Schwarzbach. Diese Aktion der Emschergenossenschaft sorgt für noch bessere Luft im Gesundheitspark-Nienhausen, die zum ersten Mal von den Laufsportlern beim 1. Gelsenkirchener Brückencross des GMC am 7.

September 2014 an frischer Luft in der Feldmark beim Lauf über den Naturpark Zollverein wahrgenommen werden kann.



DIE NEUE RUNNING CULTURE WORLDWIDE

aus der Fussballstadt Gelsenkirchen

Findet sich natürlich auch auf facebook...



Neujahrslauf im Gelsenkirchener Gesundheitspark am 1. 1. 14
Start 14:00 Uhr am Minigolfplatz Nienhausen - **Kostenlos** - 
durch eine neue Dokumentationsart der Teilnahme und der
erzielten Leistung über 3,6 und 7,2 km im FIFA WM Jahr 2014.
Nach dem Sport gibt es die traditionelle Neujahrsbegrüßung im DJK Adler-Vereinsheim
durch das Sponsoring der Rosen-Apotheke-Gelsenkirchen an der Fürstinnenstraße.