

**LAUFEN EXTRA**

**FUSSBALL EXTRA**

**1. Fußballonlinemitteilung**  
Verantwortlich: Sieghard Tinibel Tel. 0209 13 61 81

Gesunder Laufsport für alle in der Fußballstadt!  
**Gelsenkirchenmarathon**  
[www.gelsenkirchenmarathon.de](http://www.gelsenkirchenmarathon.de)

**Weltweit immer noch einmalig und nur im Westfalenland!**  
**Fußballer und Leichtathleten in einem Verband - FLW**

**Fußballstadt Gelsenkirchen**  
- Seit 1984 -  
Anfänglich für sportliche und gesellschaftliche Mitteilungen in den Vereinen:  
SF Bulmke 67  
DJK Borussia Scholven  
DJK Sportfreunde Rotthausen 1910  
DJK TuS 1910 Rotthausen  
DJK Adler Feldmark 1922

**KEINE MACHT DEN DROGEN**  
**SPORT OHNE DOPING**

Fußballextra seit 1984 - Saison 2013/2014 - Laufende Nr. **+019** vom 05. Jan. 2014

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

Homepages: [www.fussballkondition.de](http://www.fussballkondition.de) [www.gelsenkirchenmarathon.de](http://www.gelsenkirchenmarathon.de) Webmaster, Sieghard Tinibel

Von Sieghard Tinibel

## Sportveranstaltungen und Alkohol

Dass Alkohol und Sport so zusammen gehören wie Fische und Fahrräder, ist kein Geheimnis. Verwunderlich ist nur, wie gesund Sportler daher leben und wie ungesund sich aber die Zuschauer bei den Veranstaltungen in Bezug auf den Alkoholkonsum verhalten, wenn sie eben diesen Sportlern zusehen. Bier fließt z.B. gerade vor, während und nach Fußballspielen in Strömen. Würden sich die Sportler selbst so verhalten, gäbe es ziemlich sicher keine Fußball-Liga in irgendeiner Form. Das Leistungsniveau der Spieler würde von jeder (hoffentlich nicht alkoholgeschädigten) Jugend-Mannschaft der reiferen Jahrgänge übertroffen.

Der Besuch eines Kreisligaspieler macht aber schon länger deutlich, welchen Stellenwert der Alkohol bei diesen Veranstaltungen hat. Neben den allgegenwärtigen Bierständen und Reklamebanden finden sich die Aufdrucke aller gängigen Brauereien auf den Trikots der Sportler, den Taschen der Trainer, dem Mannschaftsbus, Fanartikeln etc. Man wird ständig „beworben“. Dass die zusätzliche vermeintliche Identifizierung mit meinem Verein ebenfalls über den Alkoholverzehr erfolgen soll, macht das Bild komplett. Wer will in der „Veltins-Arena“ schon Mineralwasser trinken? Die wenigsten!



***Gehen in sportlichen Ansichten  
konform: Gelsenkirchens OB Frank  
Baranowski und Sieghard Tinibel -  
Hier im Amtssitz des OB vor der  
Gesundheitsprävention in der Vest-  
Sparkasse Recklinghausen.***

Zu vergleichen ist dieses Verhalten der Zuschauer aber eigentlich mit dem Besuch einer Tierschutzveranstaltung im Nerzmantel. Man wird das Gefühl nicht los, dass da etwas ganz gehörig schräg ist, bzw. schief läuft.

Von Seiten der Brauereien werden alle nur denkbaren Mittel der Werbung und des Sponsoring genutzt, um dieses Phänomen zu erhalten und zu fördern. Es gibt eine Menge Geld zu verdienen. Dass dies auf Kosten und zu Lasten der Gesundheit der Zuschauer geschieht, wird billigend in Kauf genommen: der Scheck heiligt die Mittel. Die leicht zu erreichende Abhängigkeit vom Alkohol durch die ständige Präsenz und Verfügbarkeit, sowie die soziale Akzeptanz in Medien und den gesponserten Vereinen trägt ihren Sieg umso schneller davon. Ist dieser Weg, den Sport mit Alkohol zu kombinieren, erst einmal eingeschlagen, kann er nur



schwerlich wieder verlassen werden. Die Gewohnheit, die Akzeptanz in den Fußballkabinen, vor allem aber die Regelmäßigkeit sind auf dem Weg in die Abhängigkeit gemeinsam starke Verbündete.

Eine eingebürgerte und weit verbreitete Unsitte beim Besuch eines Fußballbundesligaspiels am Wochenende ist daher auch das sogenannte Vorglühen, welches vornehmlich bei jugendlichen Fußballfans zu beobachten ist. Schon bei der Anreise mit dem Sonderzug, mit Bussen und Bahnen, wird in rauen Mengen Alkohol konsumiert. Dabei ist Bier noch das Getränk mit dem wenigsten Alkoholgehalt. Dieses Verhalten hat mit Sport gar nichts mehr zu tun. In der Anonymität der Masse des Fan-Blocks kommen einige dann auch leichter auf dumme Gedanken. Zumal dann, wenn das Spiel nicht ihren Vorstellungen entspricht. Ermutigt und losgelöst vom Alkoholkonsum ist dann eine brennende Vereinsfahne die geringere Entgleisung der guten Sitten im Sportstadion, um seinem Unmut darüber Luft zu verschaffen.

Wir sitzen alle gemeinsam in dieser Falle und können uns nur unter größten Kraftanstrengungen daraus befreien, oder davon fern halten. Für uns Erwachsene wäre dieser Entschluss bewusst zu treffen. Was geschieht aber mit Kindern und Jugendlichen, denen allgegenwärtig vermittelt wird, dass Alkohol zu trinken zum Sport dazu gehört? Sie werden diese Muster übernehmen. Die Weitsicht und Erfahrung, sich bewusst davon zu distanzieren fehlt den meisten noch in diesem Alter. Unter Alkoholeinwirkung wird diese vermutlich niemals entstehen. Dazu gehört eine Menge.

Wir sind daher alle aufgerufen, unsere Kinder und Jugendlichen und damit auch die Zukunft des Sports in unserer Gesellschaft zu schützen. Der einfachste Weg hierzu führt über Aufklärung, einem verantwortungsvollen Umgang mit Alkohol und die Verbannung von Alkoholreklame und Sponsoring mindestens aus dem Sport.

**Nur wer brennt kann zünden...** durch solche und solch ähnliche Sprüche im Verein DJK Sportfreunde Rotthausen wähnte ich mich in genau dem richtigen Sportverein, der wohl mithelfen würde, das im Euro-Büro des Versorgungsamts Gelsenkirchen von mir auf den Weg gebrachte Projekt umzusetzen. Das ging gut bis zur Fusion mit TuS Rotthausen. Es mag Zufall sein doch zu dem Zeitpunkt kamen Leute zum Laufsport, die alles andere im Sinn hatten, als das Projekt zu fördern. Fördern wollten sie wohl nur den eigenen „Heiligenschein“, der sie in einem guten Licht erscheinen ließ, denn es hatte sich herumgesprochen, dass man mit dem Breitensport ein hübsches Sümmchen in die Vereinskasse spülen konnte. Auf einmal wandelte sich die Kameradschaft in Gegnerschaft, die mit Abmahnungen von korrupten Anwälten begann und die durch Ehrenamtslobbyismus in Korruption ungeahnter Größe ausartete. Dabei taten sich nicht nur Mitglieder der Orts-SPD Gelsenkirchen Süd hervor – weit gefehlt, denn durch Bürgerverein und Kolpingverein waren sogar Mitglieder beider Kirchenvorstände der größeren Konfessionen des Vorortes beteiligt. Da braucht man nicht lange zu suchen wer mit wem in der Sache korrumpiert. Das liegt auf der Hand.



Glaubhaft positiv eingestellt zeigten sich Politiker der Rotthäuser SPD – hier mit Gelsenkirchens OB Frank Baranowski im Wahlkampf - gegenüber dem Gelsenkirchener Volkslauf oder auch Gelsenkirchenmarathon, mit dem Projekt - DFB-Cooper-Lauf gegen Doping und Drogen im Sport - über viele Jahre. Der Schein trägt aber – wie so oft nicht nur in diesem Fall. Heute bezeichnet die SPD-Führung Sieghard Tinibel als krank. Diese Art und Weise lässt stark an ähnliche Zeiten in Deutschland und der DDR erinnern. Irgendwie ist es aber logisch, denn wer kann es sich schon erlauben über 30 Jahre in einer Sache ehrenamtlich als Führungskraft und ständiger Motor zu wirken. Zu anderen Zeiten nannte man das sozial emotionale Intelligenz, die Sieghard Tinibel durch Tod und Schwerbehinderung wegen Drogenkonsums von Sportkameraden besonders motivierte und dieses Durchhaltevermögen aufrecht hielt, denn die Zeiten des allgemeinen, vermehrten Drogenkonsums schreiten voran, wie die Cannabis-Freigabe in einigen Ländern Südamerikas und den USA zeigt. In Europa ist lediglich der Drogentourismus in die Niederlande eingeschränkt worden. Konsumiert werden die sogenannten weichen Drogen weiterhin. Es trat sich demnach kein Politiker wirklich, die Wertschöpfungskette der Zukunft - neben dem Nikotin und Alkoholkonsum lahm zu legen. Dazu hat Sieghard Tinibel ein Video ins Netz gestellt und dieses Verhalten in den Focus gerückt. So kann man sich auch leicht vorstellen, dass Meinungen zu der Innovation DFB-COOPER-LAUF von Sportwissenschaftlern wie Herman-Josef Stefes oder Erich Rutemöller abgewürgt werden von den Politikern in den großen Deutschen Sportverbänden mit Ausnahme des DOSB



Klick zu dem Thema auch hier <http://www.alkoholfrei-sport-genießen.de/home/>

## **GMC – Neue Solidargemeinschaft bildet sich in Gelsenkirchen zur Durchführung eines kostenlosen Marathons für alle Sportler – Los geht's am 1.1. 2014**

**Heutzutage fehlt es der Gesellschaft offensichtlich an sozial emotionaler Intelligenz. Alles wird nur noch am Gelde festgemacht... immer im Hinterkopf: " Was bekomme ich dafür?"**

**[FLE Video - Rückblick Super 8 klick](#)**

**Ein Video dazu aus einer Zeit in der Kameradschaft noch etwas größer geschrieben wurde und besonders im Sport noch etwas galt.**

**ZITAT** WAZ, 28. 12. 2013

**„Des Menschen Bestimmung ist, für das Wohl der Gemeinschaft zu arbeiten, der er angehört.“**

**Friedrich II. (1712 - 1786),  
preußischer König**





**Der Sport musste schon immer im Wahlkampf herhalten – Allerdings waren es wie hier gemäßigte und wirklich noch spaßige Auftritte. Mit meinem Geburtshaus auf der Karl-Meyer-Straße in Gelsenkirchen-Rotthausen hatte Ex-OB Dieter Rauer über einen langen Zeitraum sogar direkt zu tun.**

**Umso erstaunlicher ist es, obwohl viele um die sozial, emotionale Intelligenz der Familie Tinibel wissen, dass keine Unterstützung aus den Reihen der SPD für die Festigung einer hehren Sache zum Erhalt der Volksgesundheit im Sport zu erhalten war.**

**Eher das Gegenteil war der Fall, wie es Herr Dr Pruin mit den Damen und Herren des Stadtrates seit 1995 bestätigen könnte.**

**Gerne denke ich an die Zeiten der gemäßigten Auftritte der Politiker im Sport zurück, denn heutzutage sieht es ganz anders aus und das Erscheinungsbild hat sich sehr gewandelt. Es kommt einem so vor, als hätten Politiker den Sport erfunden, was man wohl für das alte Rom noch gelten lassen könnte.**



Sympathische SPD-PR vor dem Wahlkampf - das ist lange her. Heute geht es rabiater zu. Angestachelt von Lobbyisten am Wohnort wird bei Kommunalwahlen sich ganzer Projekte im Sport gewidmet, um diese nach Lust und Laune oder den jeweilig angedachten Zielen zu verändern. Meist nur, um damit die wahrscheinlich künftige Wertschöpfungskette nicht mehr als nötig zu gefährden. Wie jeder weiß ist die Heilpflanze Hanf auf dem Vormarsch, um für zusätzliche Befriedigung einer immer dekadenter werdenden Gesellschaft zu sorgen. Bier bei Sportveranstaltungen reicht wohl nicht mehr alleine aus für einen „tollen Kick aus Adrenalin und Alkohol“. So kann man vernehmen, dass in Teilen der USA und in Südamerika der Weg für Cannabis freigemacht wurde. Noch nicht mit voller Zustimmung aller Politiker, so jedoch zum nicht ewig klein bleibenden Teil.

Der GMC wird versuchen den eingeschlagenen Weg weiter zu gehen und führt seine Aktivitäten im Gesundheitspark durch. Neben dem DFB-Cooper-Lauf an mehreren Tagen im Jahr, bieten sich nämlich im Gesundheitspark- Nienhausen wie in anderen Parks Gelsenkirchens viele Sportanlaufpunkte. Auch im Sommer natürlich <http://www.youtube.com/watch?v=WUUY-T9TUeU> wie dieses Video zeigt ...



**FLE-Video vom 01.01.2014**  
**Allen ein Gutes Neues Jahr 2014 - wünschen die Firmen und Unterstützer im GMC Gelsenkirchenmarathon-Cooper.**  
**Dank Google, Facebook, Twitter und anderen SOCIAL-Networks, tritt im Jahre 2014 der DFB-Cooper-Lauf seinen Siegeszug um die Welt an. Der DOSB mit seinem Motto "Spür das Draußen" sorgt mit seinen Sportlehrern für die PR.**  
**Motto: "Es muss nicht immer ein Marathon sein, wenn man seine Fitness überprüfen will!"**  
**Ein Video von DOSB Sportlehrer Sieghard Tinibel**

FLE - Ergebnisse Neujahrslauf 2014

Sieghard Tinibel · 196 Videos · 1 Aufruf

**Video veröffentlicht am 01.01.2014 [www.youtube.com](http://www.youtube.com)**


Heute waren Sportler dabei die gerne auch die doppelte Cooper-Strecke zum Jahresauftakt unter ihre Laufschuhe nahmen. Allen hat es viel Spaß bereitet ohne eine Voranmeldung ins Neue Sportjahr zu Laufen oder zu Walken. Im Vereinsheim an der Fürstinnenstraße setzte man sich dann noch zu einem Smalltalk zusammen und konnte einen Tee oder Kaffee nach dem Lauf genießen. Die durstigeren Laufsportler bedienten sich der Apfelschorle. Danke an den Sponsor - die Gelsenkirchener Rosen-Apotheke. Im nächsten Jahr kommen alles gerne wieder... aber auch schon am 13. April oder am 1. Mai und gar am 7. September finden weitere kostenlose Sportveranstaltungen statt - nach dem Motto "Spür das Draußen". Um den Fitnessstand seiner läuferischen Kraftausdauer zu messen bedarf es nicht unbedingt eines Marathons. Die Werte des amerikanischen Astronautentrainers und des Konditionstrainers der "Selecao" der brasilianischen Fußball-Nationalmannschaft, geben auch darüber Auskunft... Viel Spaß und Freude am Ausdauersport wünscht der GMC mit allen Sponsoren und den Vereinen Sportfreunde Bulmke und DJK Adler Feldmark für das vor uns liegende FIFA-WM-Jahr 2014 - mehr findet sich unter [www.gelsenkirchenmarathon.de](http://www.gelsenkirchenmarathon.de) aber auch auf facebook mit den Seiten Corredores De Maratones und der US Page Global Running Cultere. Identifiziert Euch einfach mit dem DFB-Cooper-Lauf - Einer Laufsportkultur gegen Doping und Drogen aus der Fußballstadt Gelsenkirchen. Bis zum nächsten Laufsporttreffen also... man sieht sich.



djk/tus-laufabteilung - Mozilla Firefox  
 Datei Bearbeiten Ansicht Chronik Lesezeichen E  
 djk/tus-laufabteilung  
 www.ge-laufen.de/volkslauf24-bericht.html

See Tomorrow's Weather

MULTIMEDIA CHEST Planning Tools Calculators Converters Language Tools 83°F New York, NY Radio Facebook



Auf die Plätze - fertig - los. Die Sportler starten auf der 10-km-Strecke

**Das war der 24. Gelsenkirchener Volkslauf (der 25. folgt !)**

	<b>24. Gelsenkirchener Volkslauf ist vorbei</b>		<b>Ironman gewinnt Halbmarathon</b> <i>-hier seine Meinung</i>		<b>Laufveranstaltung bei strahlendem Wetter</b>
	<b>Rekordverdächtiger Bambininachwuchs</b>		<b>Organisation und Strecke bekamen viel Lob</b>		<b>Walking-Zentrum GE-Süd wurde eingeweiht</b>
	<b>Unsportlicher Besucher wurde geduldet</b>		<b>Alkoholfreies Bier lief besser als Mineralwasser</b>		<b>Grillstation und Cafeteria hatten gut zu tun</b>

**Ergebnis-Listen und Urkunden unter folgendem Link**

Der Gelsenkirchener Volkslauf 2013 ist Geschichte. Bei herrlichem Wetter starteten rund 250 Sportler in den verschiedenen Disziplinen. Von 421 m bei den Bambini bis zu 21098 m bei den Halbmarathon-Läufern war für jeden etwas im Angebot. 53 Schüler und Schülerinnen spurteten über die 1200m-Strecke. Walker gingen mit und ohne Stöcke auf die 5- oder 10-km-Strecke, die ebenso gelaufen werden konnte.  
 Einige Anmerkungen zu den Fotos im Anschluss:  
 Der Bambini-Lauf konnte nur mit einem Zielfoto entschieden werden. Die neue Zeiterfassungs-Anlage von mika-timing bestand ihre Bewährungsprobe hervorragend. Der Ausdruck von Urkunden wird noch etwas beschleunigt. Eisiger Wind ließ so manchen Läufer und Streckenposten morgens zittern. Der HM-Sieger Holger Brandt ist andere Laufstrecken gewöhnt (Ironman auf Hawaii), zeigte sich aber äußerst zufrieden mit unserem Volkslauf und posierte, wie versprochen, mit dem Maskottchen seiner **Freundin Carmen**.  
 Um 11 Uhr wurde dann das (Nordic-) Walking-Zentrum GE-Süd offiziell vorgestellt und eingeweiht. Bezirksbürgermeister Bernd Lemanski und Gelsensport-Chef Jürgen Deimel überreichten der Abteilungsleiterin Rita Broschke stellvertretend für den Süden die Einweihungsurkunde. Sieghard Tinibel, der im Vorfeld der Veranstaltung interessierte Sportler öffentlich zur Nichtteilnahme aufgefordert hatte, machte gegen Mittag einen Rundgang über das Gelände. Trotz seines "unsportlichen Verhaltens" (ein Sport-Funktionär) wurde er von den Hausherrn der Veranstaltung geduldet. So konnte er sich ein Bild von einer bestens gelungenen Veranstaltung mit etwa 500 Teilnehmern und Gästen machen.  
**Nachtrag vom 22.04.2013:** Sieghard Tinibel bringt am 21.04.2013 seine Freude zum Ausdruck, dass nicht so viele gestartet sind, wie erwartet. Was Sportler davon halten, sei jedem selbst überlassen.  
 (v. G. Gerecht)

Nun ohne Rangfolge einige Fotoeindrücke von der Veranstaltung: (Zusendung per e-mail möglich: Georg Gerecht)

**Unsportlicher Besucher wurde geduldet – eine nette Bezeichnung für den Initiator des Projekts „DFB-COOPER-LAUF gegen Doping und Drogen im Sport“. Saubere Arbeit der Widersacher im Sportverein DJK TuS Rotthausen und in den politisch ausgerichteten Vereinen mit Parteien und Kirchenvorstand des Gelsenkirchener Vororts.**



**„Saubere Arbeit“ der Widersacher des Projekts gegen Doping und Drogen im Sport aus dem Bürgerverein Rotthausen, die hier das Interesse des DOSB-Sportlehrers – zu dem Zeitpunkt in Diensten der DJK Adler Feldmark und Sportfreunde Bulmke bemängelt. Das kommt dann dabei heraus, wenn Möchte-Gern-Politiker auf einmal Sport machen wollen, um dem Ortslobbysten und den Kirchenfürsten des Ortsteils Rotthausen zu gefallen.**

**So geht der Sport natürlich kaputt, denn Sportler waren zu keiner Zeit dumm aber immer sehr zuvorkommend und fair. Das darf man nicht verwechseln. Klar, dass solcherlei, von fachlicher Unfähigkeit begleitete Berichterstattung den Sportlern für alle Zeit erinnerlich bleibt. Mal sehen wie die SPD mit dem Thema im Wahlkampf umgehen wird, denn es gibt viele Parallelen dazu in unserer Stadt, wie sehr die SPD als Partei dem Sport durch die Zugriffe schadet. In Kürze können wir es wieder beobachten wenn sich Politiker zum „Affen machen“**





**indem die Ortspolitiker - Frau Gebhardt und Herr Töns in diesem Fall - wieder, mit dem blau weißen Schal des großen Gelsenkirchener Bundesligisten geschmückt, ihre Wahlkampfparolen an den Mann oder die Frau bringen wollen: „Seht her Leute, ich bin einer von Euch!“ Soll das wohl bedeuten. Durch solcherlei Auftritte dürfte die SPD sich nicht wundern, wenn sie in 2014 Verluste einfährt – wenn nicht bei den Kommunalwahlen, dann aber spätestens im Mai bei den Europawahlen.**



**Umgang formt der Charakter! Obwohl alle SPD Politiker auf diesem Bild und alle Führungskräfte des Sportvereins DJK TuS Rotthausens, die solch eine zur Schaustellung der Projektzerstörung an diesem Tage initiierten wussten, dass sie sich ein weiteres Mal aktiv an der weiteren Projektzerstörung beteiligen, stellten sie sich zum Foto auf. Die „Sporthäuptlinge“ der Bezirksvertretung Gelsenkirchen-Süd, Thomas Fath und Ernst Majewski, hatten augenscheinlich wohl keine Zeit. Zu solcherlei Aktionen kann man der SPD in Gelsenkirchen nur gratulieren. Leider wissen die Leute nicht wirklich, dass sie Aufbauarbeit über 30 Jahre im Sport damit zerstören würden, wenn der Initiator der Sache die Fehler nicht versuchen würde auch in Zukunft zu korrigieren.**

# 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**



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.**

## **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 korrumpierende 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 –

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 ausreichen 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](http://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.



**Dieter Kapteina - Urgestein im  
Int. Gelsenkirchener Volkslauf**

**45879 Gelsenkirchen - Hauptstraße 70**

**IMMOBILIEN KAPTEINA + KNEPPER + PARTNER**



**Dieter Kapteina - Urgestein im  
Int. Gelsenkirchener Volkslauf**

**45879 Gelsenkirchen - Hauptstraße 70**



Gelsenkirchenmarathon  
unterstützt von  
**Kapteina +  
Knepper OHG**  
Hauptstraße 70  
45879 Gelsenkirchen

**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.**

**Bleiben Sie gesund im Sport!**





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](http://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.

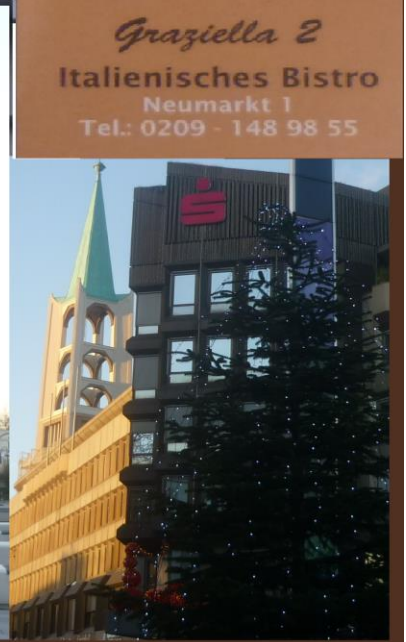


**Graziella**  
Eiscafé & Cafeteria

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 !**





## 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.

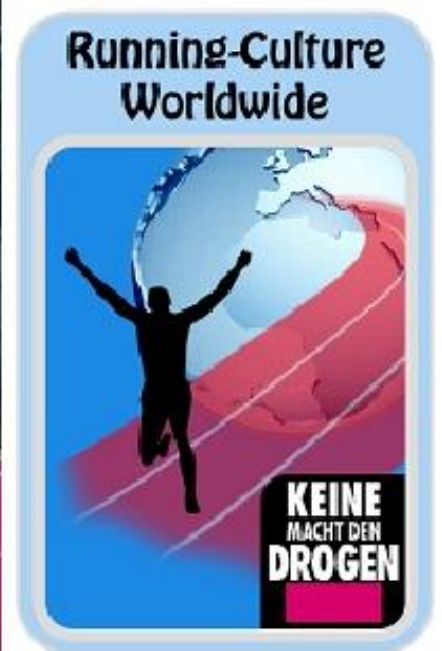
**Alfred Verse (im Bild), Horst Lauenert, Matthias Kollmann, Dieter Kapteina und Freunde mit einigen Sportkameraden und Kameradinnen mehr, hielten auch nach dem Verrat durch DJK TuS Rotthausen zu Sieghard Tinibel. Weltweiter Zuspruch über Facebook, Google und Twitter für Sieghard Tinibels Innovation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





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

o könnte die Bahn einer Laufsportakademie  
 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 Kraftausdauerterst 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.



# 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.

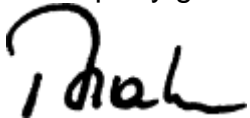
To the fore there is prevention as it is too late when penalties have to be imposed: especially too late for the player concerned who endangered his future career and, above all, his health in particular.

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

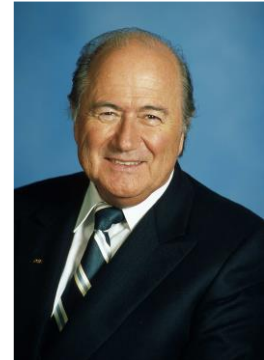
**DJK TuS 1910 Gelsenkirchen-Rotthausen** deserves a special praise for its efforts to open up possibilities and incentives to all footballplayers to increase their efficiency in a sporty manner by taking part in the international Konditionsgrundlagenlauf which is famous far beyond the Ruhr area.

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](http://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!“**

**Man will es nicht wahrhaben, jedoch stimmt dies ganz genau. In seinem Streben nach Macht und Geld verliert der moderne Mensch den Überblick. Von daher betrachtet geht auch eine wichtige Solidargemeinschaft kaputt – der Sportverein.**

**Was vor nicht allzu langer Zeit durch Solidarität und Zusammenhalt noch eine feste Instanz war, wird heutzutage dem kleinsten, individuellen Profit geopfert... und wenn es nur ein neuer Trainingsanzug ist. Sportanzüge sind aber dabei das Geringste was erwartet wird, wenn man sich heute einem Sportverein anschließt.**

**Mal sehen wohin der Weg des GMC in der Richtung gehen wird. Der GMC versteht sich daher eher als eine Solidargemeinschaft, denn als Sportverein. Am liebsten ohne Vorstand und ohne Beitragszahlungen – stattdessen getragen vom Ehrenamt und von gut gemeinten Zuwendungen der Sponsoren die sich allesamt mit ihrer Werbung im gesponserten Event und seinen Begleitmedien widerspiegeln. Nur so können künftig unberechtigte Begehrlichkeiten vermieden werden, die den sportlichen Gemeinsinn und immerhin die kameradschaftliche Gemeinschaft im Sport zerstören... wie erst kürzlich in Rotthausen von dem Vorstand des DJK TuS inszeniert.**

**So gesehen wird es den etablierten Parteien nicht besser ergehen. Frage dazu: „Warum geht denn heute schon keiner mehr wählen? Woher kommt diese Verantwortungslosigkeit der Bürger dem eigenen Volk und Vaterland gegenüber? Vielleicht denken darüber auch die Politiker einmal nach, wenn sie sich in ihren Reihen streiten, weil der eine Franz mehr Vorteile bei diesem Spiel hat, als der andere Hans! Die große Koalition bringt es wohl bald an den Tag... warten wir es ab!“**

**Am kommenden Montag ist wieder der Stammtisch des GMC im Haus Steinfurth in Gelsenkirchen-Rotthausen an der Belforter Straße. Das Fernziel des GMC - Gelsenkirchenmarathon-Cooper 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 noch hin. Es ist also noch viel Zeit, Zeit genug eine ISG Kirchviertel aufzubauen, die sich über das Gebiet der Hauptstraße hin ausdehnt. Denkbar wäre doch solch eine Solidargemeinschaft, die alle natürlichen und Juristischen Personen einbindet schon. Alle Personen, die an einer gezielten Belebung der Innenstadt Gelsenkirchens mit dem Kirchviertel und der Bahnhofstraße interessiert sind sollte sich zu solch einer Solidargemeinschaft aufrufen, denn es wird höchste Zeit bevor jemand anderes mit dem Gedanken an ein „Netzwerk“ – der Ausdruck hinkt übrigens – es mit dieser Tour versucht die Interessen zu bündeln. Nimmt man das Geschäftsleben um diese Straßen und nimmt die Ebertsraße mit Ahstraße, Kirchstraße und Weberstraße mit der Klosterstraße und der Arminstraße dazu, dann dürfte dies doch ein machbarer Interessenskreis sein, der sich im Gelsenkirchenmarathon jedes Jahr widerspiegelt.**



Solch ein Cityhalbmarathon steht bestimmt nicht in Konkurrenz zu dem VIVAWEST-Marathon oder dem Runningday in der Veltins Arena. Wichtig ist nur dabei, dass keiner versucht den anderen für seine Interessen zu missbrauchen, das es auf Dauer erkennbar bleibt – Sport ist für den Sportler da und auch der Erhalt des DFB-Cooper-Lauf gegen Doping und Drogen sollte damit garantiert werden können.

[www.Alkoholfrei-Sport-geniessen.de](http://www.Alkoholfrei-Sport-geniessen.de) [www.kmdd.de](http://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. In diesem Jahr ist wieder FIFA WM Jahr – Brasilien 2014 – eine Broschüre wie eh und je wird dazu wieder aufgelegt werden, um die Sportaktivitäten - in diesem Fall des GMC mit SF Bulmke und DJK Adler Feldmark zu unterstützen.

**SPORT VERBINDET ALLE MENSCHEN < > KEINE MACHT DEN DROGEN**

Auch die Neubürger aus der EU werden ihre sportliche Heimat in Gelsenkirchen finden. Am Tossehof und an anderen Gefilden der bekannten Immobilienriesen ist genug Platz diese Menschen unterzubringen und dann später nach altem Tossehof Modell des Gelsenkirchener Volkslaufs in den Anfangsjahren in den Sport einzubinden. Neben den Angeboten im Sport war Sportfreunde Bulmke auch den Kindern des Tossehofs eine vorbildliche Anlaufstelle, die sogar einiges an Betreuung den in den Verein eintretenden Mitgliedern geboten hatte und noch heute bietet. Eine alte Idee scheint also wieder neu aufzuleben, denn das zusammenwachsende Europa lässt dies zu. Allerdings sollten sich die Neuankömmlinge hüten vor der Ausbeutung eines Sozialsystems zu dem immer mehr Menschen bereit sind, zu dem sie aber nichts beigetragen haben. Packen wir's also an! Alle zusammen – die etablierten Parteien und die neuen Parteien, denn die etablierten werden nicht lange allein bleiben. Es wird bessere geben als die Piraten die etwas überstürzt und ohne richtiges Programm die Sache angegangen waren.



**Ein frohes und gesundes Neues Jahr 2014**

## **Meine Animierungen zu aktivem Sport über Facebook**

- [Sieghard Tinibel](#)

Der Sport ist in erster Linie für den Sportler da. Ein Frohes Neues Jahr vom GMC mit seinen Unterstützern und Freunden in diesem Sinne mit dem Video vom gestrigen Neujahrslauf im Gelsenkirchener Gesundheitspark... wegen der tiefstehenden Sonne sind die Bilder nicht so gut geworden...

<http://www.youtube.com/watch?v=FeA7KmrAND4>





**4. Gelsenkirchener  
Neujahrslauf 2014  
Ergebnisse + Fazit**

**WAZ -Zitat vom  
ZITAT 30.12.2013**

**„Des Menschen  
Bestimmung ist,  
für das Wohl  
der Gemeinschaft  
zu arbeiten,  
der er angehört.“**

Friedrich II. (1712 - 1786),  
preußischer König

**Solidargemeinschaft zur Förderung des Sports im GMC - Gelsenkirchenmarathon-Cooper mit Feldmark  
und Bulmke. Mit der City im Kirchviertel, der Ebert-, der Bahnhof-, der Ah-, der Haupt- und Ebertstraße...**

## [FLE - Ergebnisse Neujahrslauf 2014](#)

[www.youtube.com](http://www.youtube.com)

[Heute waren Sportler dabei die gerne auch die doppelte Cooper-Strecke zum Jahresauftakt unter ihre Laufschwuhe nahmen. Allen hat es viel Spaß bereitet ohne e...](#)

[Gefällt mir](#) · [Teilen](#) · [Benachrichtigungen ausschalten](#) · [1](#) · [2. Januar um 06:21](#)

[Bearbeiten](#)

- AKTUELLE BEITRÄGE



[Sieghard Tinibel](#)

The Beatles - Concert Manchester (Video)

[www.youtube.com](http://www.youtube.com)

Die Karl-Meyer-Straße in Gelsenkirchen-Rotthausen war nicht nur meine Heimat und mein Sportrevier aus Kindertagen. Nein, auch später spielte sich einiges in der Freizeitgestaltung für mich und meine Kameraden vom Kreidler-Club "Viel Glück" und von den ortsansässigen Sportvereinen SV, TuS, DJK SF und dem FCA dort ab. In der Tanz- und Filmpalette war es mit der Band "Casey Jones & the Governors" zwar nicht ganz so turbulent, aber auch damals waren die Mädels und Jungs ganz aus dem Häuschen, wenn man die Freizeit mit Musik und Tanz verbrachte. So wie hier bei den Beatles in Manchester... klick

<http://www.youtube.com/watch?v=V671rjZ2Ewc>



## Sieghard Tinibel

Wachablösung ist immer gut im Sport... Glückwunsch den Horstern und auch Dir Rainer mit dem Sportkameraden Colmsee und den anderen fleißigen Leuten im ORGATEAM .. hier noch ein paar Bilder von gestern <http://www.youtube.com/watch?v=SwjX6lctD5U>



## FLE - Hallenfußball Gelsenkirchen 2014 Part 2

[www.youtube.com](http://www.youtube.com)

[Horst 08 holte sich den Pokal und somit auch die Gelsenkirchener Hallenstadtmeisterschaft im Fußball. Dieses Video zeigt Szenen von der Endrunde... Hallenfuß...](#)

[Gefällt mir](#) · [Teilen](#) · [Benachrichtigungen ausschalten](#) · [vor 2 Stunden](#)

[Bearbeiten](#)





[Sieghard Tinibel](#)

FLE - Hallenfußball Zwischenrunde in Gelsenkirchen- <http://www.youtube.com/watch?v=CMmi3CWaDWM>

## Foto einer gut Besuchten Veranstaltung in der Halle Schürenkamp zu Beginn des Jahres



[FLE - Hallenfußball 2014 Gelsenkirchen](#)

[www.youtube.com](http://www.youtube.com)

[Hallenfußball bedeutet immer eine willkommene Abwechslung für Spieler und Fußballfans in der Winterpause. Der FLVW Kreis 12 mit Gelsenkirchen bemüht sich in ...](#)

[Gefällt mir](#) · [Teilen](#) · [Benachrichtigungen ausschalten](#) · [vor 21 Stunden](#)



[Sieghard Tinibel](#)

Sport ist, wenn man sogar beim Schälen einer Apfelsine ans Laufen denkt...  
Le sport est, même si vous pensez quand éplucher une orange et en cours d'exécution  
Sport is, if you even think when peeling an orange up and running  
El deporte es, si te ocurre al pelar una naranja en funcionamiento...



## Fotos von Viviana Nardellis Beitrag in CORREDORES DE MARATONES

Gefällt mir · Benachrichtigungen ausschalten · 2. Januar um 22:57

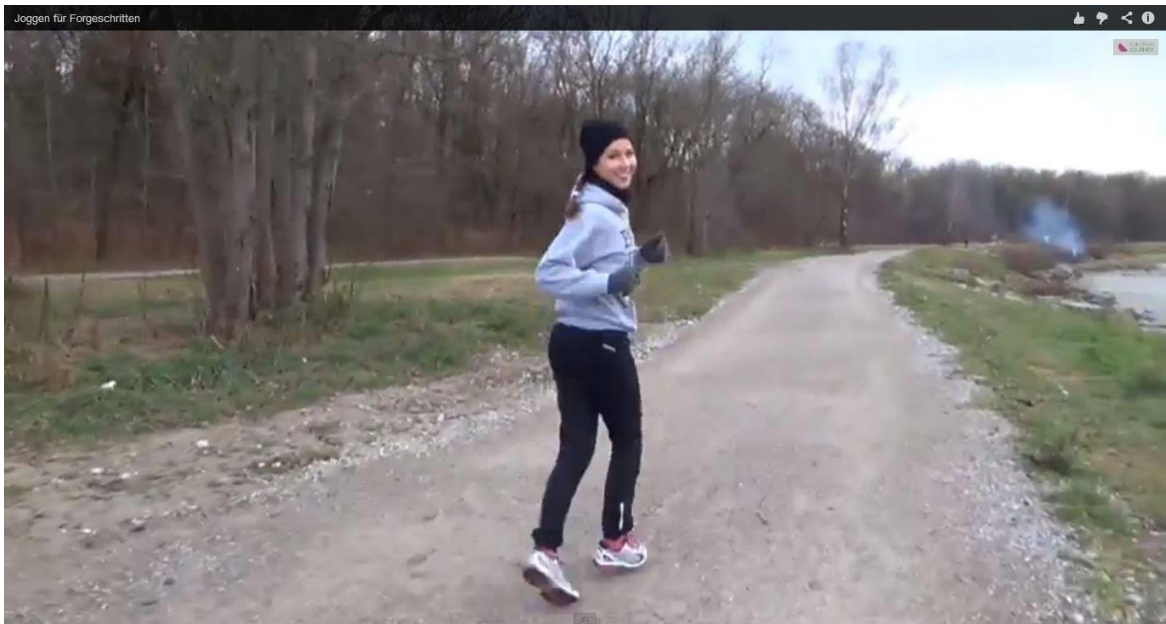
○

Bearbeiten



Sieghard Tinibel

Running for Beginners <http://www.youtube.com/watch?v=If16nsiO6vc> - allen ein Frohes Neues Jahr, Happy new year, Feliz Nuevo Ano



OCJ Richtig Joggen Teil 1: Joggen für Anfänger

[www.youtube.com](http://www.youtube.com)



Wie fängt man am besten an sich mehr zu bewegen? Gleich Joggen oder lieber walken? Was macht Sinn? Wie motiviert man sich? Linda versucht diese Fragen zu bea...



Sieghard Tinibel

Hallo Sportler... ich will Dich noch einmal bitten mitzulaufen. Danke, wenn Du kommen solltest... Ich verspreche mir von Deiner Teilnahme einen kleinen Schub für mein ehrenamtliches Engagement.. Vielleicht schaffst Du es ja zu kommen... am Neujahrstag zum Lauf in den Revierpark .. Start 14:00 Uhr ... 3,6 km egal ob schnell gelaufen oder langsamer gewalkt... schafft jeder und tut gut nach durchfeierter Nacht... alles Gute aber schon vorweg für 2014... nach dem Sport gibts einen small Talk im Adlervereinsheim mit Neujahrsimbiss und Getränken... Die Rosen Apotheke Gelsenkirchen lädt dazu mit Dagmar und dem Adler Vorstand ein...



Allen Sportfreunden sowie allen Kunden der Rosen-Apotheke im Kirchviertel am Hans-Sachs-Haus... ein GESUNDES UND ERFOLGREICHES NEUES JAHR!





**Obermöller 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 Obermöller**

**Klaus Obermöller 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.**







## 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.



Sieghard Tinibel  
DOSB-Sportlehrer  
Lizenz seit 1978





God Bless The FIFA-Championship In 2014



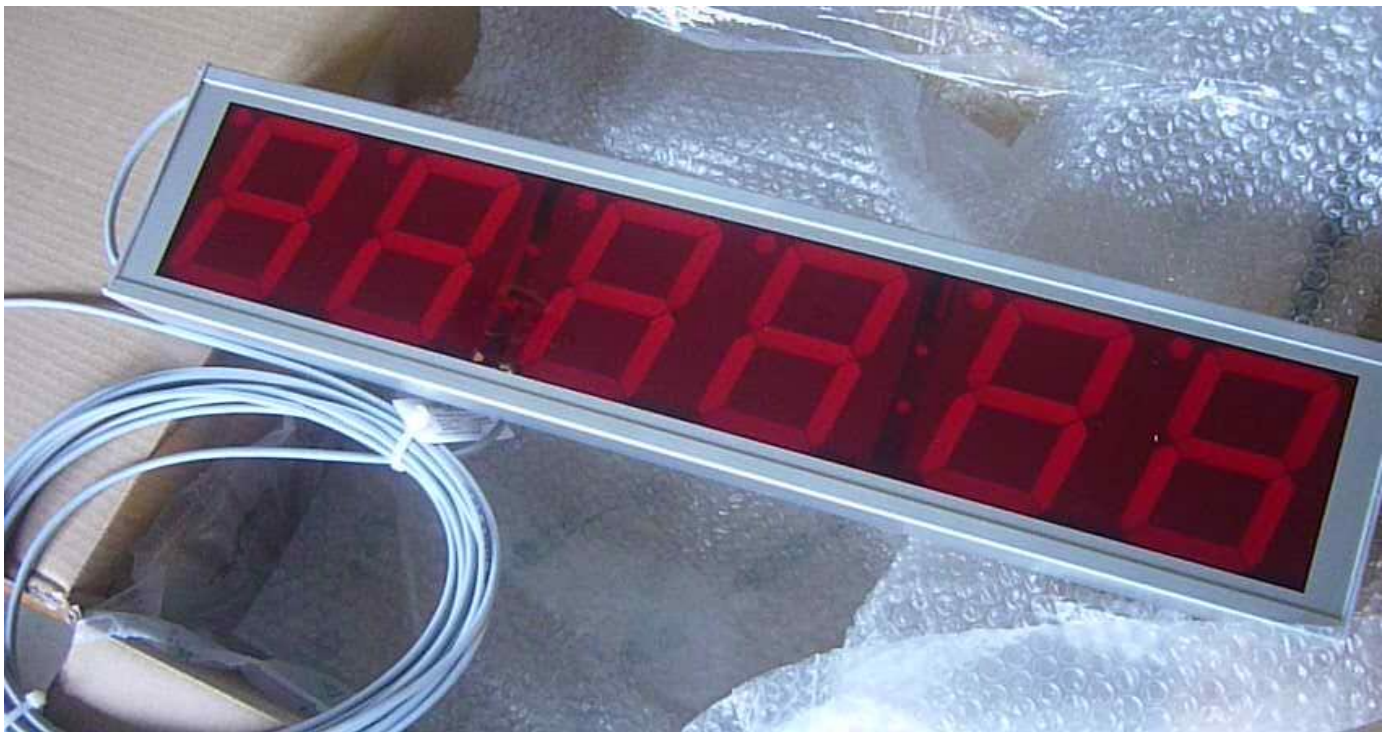
FIFA WM Stadt 2006  
Arena des FC Schalke 04

**Best Wishes From GMC - Gelsenkirchen-Marathon-COOPER - With The DFB-COOPER-RUN**  
 Der laufsportliche Kraftausdauerstest 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 maraton olmak zorunda değil!



**GEGEN DOPING UND DROGEN IM SPORT**





**Das Weihnachtsgeschenk von den Unterstützern des GMC - eine Digitaluhr als transportable Stadionanzeige - ermöglicht es nun DOSB Sportlehrer Sieghard Tinibel in allen Parks und auch an klassischen Strecken in unserer Fußballstadt Gelsenkirchen, den DFB-Cooper-Lauf durchzuführen und die Leistung der teilnehmenden Sportler mit einem Video über YouTube, Twitter und Google weltweit zu dokumentieren. Die Aktion des Deutschen Olympischen Sportbundes DOSB**

## **- Spür das Draußen -**

**kommt dabei der Sache entgegen. Z. B. kann nun auch auf den althergebrachten Konditionsstrecken des FC Schalke 04 am Rhein-Herne-Kanal oder in Haltern-Flaesheim - die unter verschiedenen Trainern u. a. Rudi Gutendorf und Fritz Langner gerne mit den Probanden vom Profiteam des FC Schalke 04 in den Anfangsjahren der Bundesliga unter die Laufschuhe zur Konditionsarbeit genommen wurden, nun von allen Sportlern und S 04 Fans nachempfunden werden, was ein Fußballer an Konditionsarbeit zu leisten bereit sein musste und natürlich weiterhin sein muss.**

**In den Anfängen der Bundesliga - 60er Jahre - waren diese Strecken keinesfalls so ausgebaut wie heute und der schlüpfrige, vom Wurzelwerk der Bäume holprige Kanalweg, barg seine Gefahren dabei, selbst für die Fuß- und Kniegelenke der erfahrenen und belastbaren Sportler. Dies verdeutlicht auch, was die Fußballer in den höchsten Ligen zu allen Zeiten bereit waren zu geben, um über eine große Kondition und damit auch über das im Spitzensport unabdingliche große Konzentrationsvermögen zu verfügen.**

**Heinz Pliska, der damalige Kapitän und Rotthausener Fußballer des S 04-Profiteams, kann immer aufzeigen wo der Weg zu seiner Zeit lang ging, wenn man sich von der Glückauf-Kampfbahn morgens um 6:00 Uhr aufmachte und an großen Gelsenkirchener Werken wie Seppelfricke vorbei zum Kanalufer trabte. Aber auch im**

**Bulmker Park kann nun im laufsportlichen Wettbewerb am 1. Mai 2014 nachvollzogen werden, auf welcher Strecke "Mister Fallrückzieher" DFB-Nationalstürmer 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 dafür an alle Sponsoren wie den Firmen Kapteina und Knepper OHG, dem Rotthausener Goldschmied Klaus Obermöller, Gartenbaubetrieb Alfred Verse sowie der Rosen-Apotheke-Gelsenkirchen mit Graziella 1 und 2... und anderen mehr.**

**Man sieht sich also – wohl auch nach dem Stadtumbau - wieder beim Sport im Kirchviertel Gelsenkirchens, wenn der Lauf womöglich im Jahre 2015 oder gar erst 2016 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 Emscher Genossenschaft sorgt für noch bessere Luft im Umfeld des Gesundheitspark-Nienhausen, die zum ersten Mal von den Laufsportlern beim 1. Gelsenkirchener Brückencross des GMC am 7. September 2014, in der Feldmark beim Lauf über den Naturpark Zollverein wahrgenommen werden kann - natürlich kostenlos mit der neuen Technik der Dokumentation. Wer dabei mit einer Startnummer laufen möchte sollte aber etwa eine halbe Stunde vor dem jeweiligen Startzeiten vor Ort sein. Bei dem kommenden Neujahrslauf wäre das um 13:30 Uhr.**

**[FLE -Video - Strecke Neujahrslauf im Video](#)      [Einführung in den Ausdauerlauf und -walk](#)**

**Weltweiten Zuspruch über Twitter, Facebook mit Google erhält nun der GMC mit Sieghard Tinibel für den DFB-COOPER-LAUF, denn Dr. Kenneth Cooper, der ehemalige Konditionstrainer der Brasilianischen Selecao ist in der ganzen Sportwelt ein Begriff. Warum die SPD-Führung im Gelsenkirchener Süden Sieghard Tinibel nun nach 35 Jahren selbstloser, ehrenamtlicher und zugleich innovativer Sportförderung als krank einstuft, bleibt das Geheimnis der "Sportler" aus Rotthausen, die auch aus unberechtigten Begehrlichkeiten 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 Widersachern des ehrlichen Sports – wie anders sollte man es sonst bezeichnen, wenn der Vorstand versucht sich des PR – Mittels seines langjährigen ehrenamtlichen DOSB Sportlehrers zu bemächtigen, 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 aus dem Kirchviertel, mit der Ebertstraße, der Ahstraße, der Hauptstraße, Weberstraße und Bahnhofstraße,- keine Voranmeldung nötig - Start 14:00 Uhr... Videodokumentation der Leistung auf Youtube. Nach einer Idee des Initiators und DOSB-Sportlehrers Sieghard Tinibel mit dem GMC, SF Bulmke 67 e. V. und DJK Adler Feldmark Das FIFA WM-Jahr 2014 wird zur**



Vorbereitung für einen möglichst kostenfreien, zentralen Marathon durch das Ruhrgebiet genutzt, bis der City-Umbau abgeschlossen sein wird. Zu diesem Projekt werden noch Motorrad- und Fahrradfahrer gebeten sich der Sache als Streckenposten zu widmen. Ein Mitgliedsbeitrag wird im GMC nicht erhoben, da er vom Ehrenamt getragen wird. Tel. 0209 136181 Sieghard Tinibel.

## Alle kamen locker und gut gelaunt ins Neue Sportjahr!



Der Sport ist in erster Linie für den Sportler da. Ein Frohes Neues Jahr vom GMC mit seinen Unterstützern und Freunden in diesem Sinne mit dem Video vom gestrigen Neujahrslauf im Gelsenkirchener Gesundheitspark. Wegen der tiefstehenden Sonne sind die Bilder nicht so gut geworden...



## Hier der Link zum Neujahrs-Video

<http://www.youtube.com/watch?v=FeA7KmrAND4>



Kurz vor dem Start.









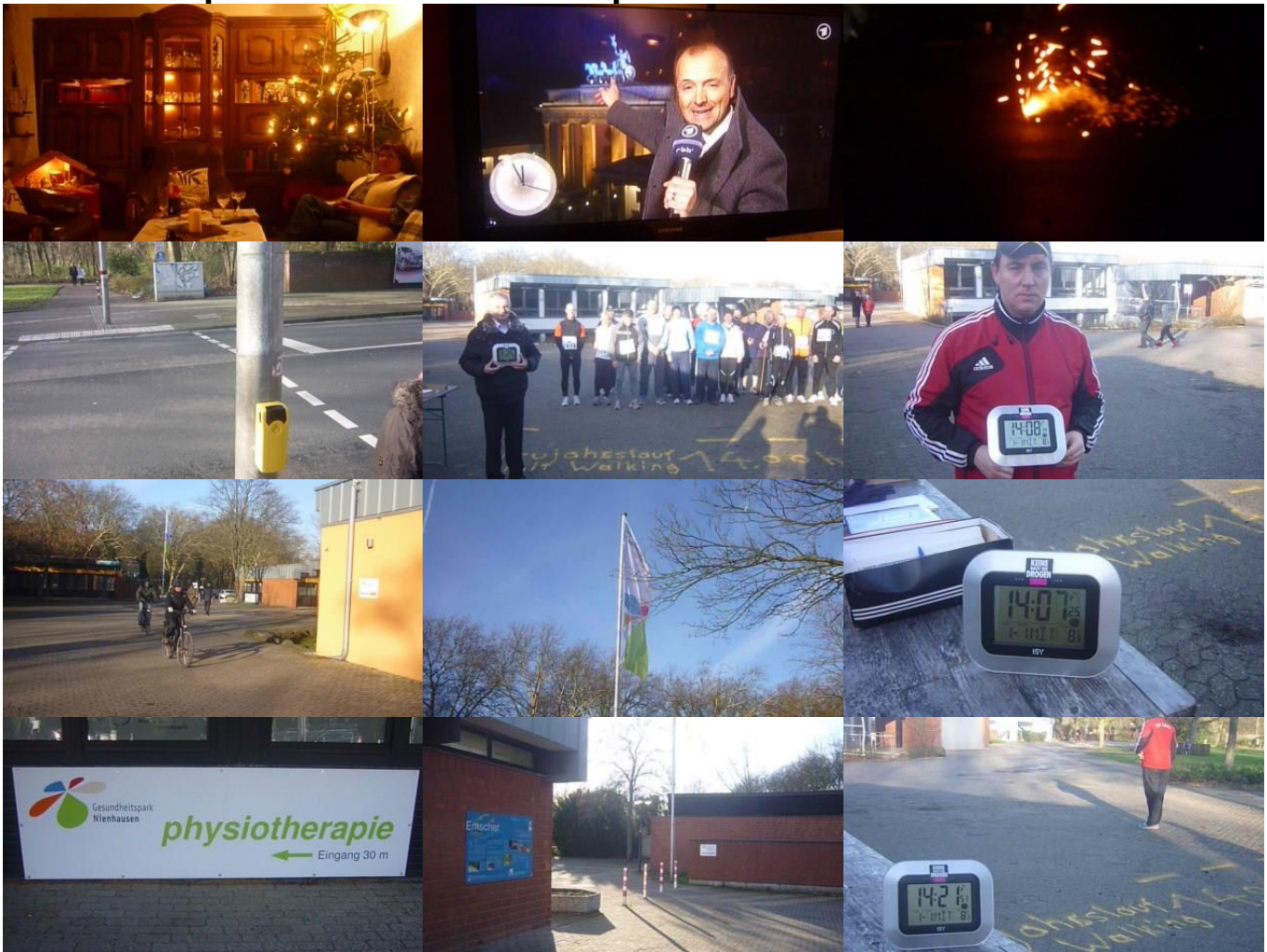


**Horst Launert:1. Vorsitzender der Sportfreunde Bulmke unermüdlich im ehrenamtlichen Einsatz für seinen Verein ist natürlich auch am Ball wie immer wenn es um SF Bulmke geht.**





**Silvester haben natürlich alle gut mit einem Guten Rutsch ins Neue Jahr verlebt. Umso mehr machte es Spaß mit einer aktiven Laufsporteinheit ins Neue Jahr 2014 zu starten.**



**Diese Sperre obig in der Mitte verhinderte den Einsatz der neuen Zeitnahme mit Videodokumentation. Der GMC ist somit um eine Erfahrung reicher die bei künftigen Läufen weitere Verabredungen erforderlich macht. So musste die alte Uhr noch einmal herhalten.**





**Beim nächsten DFB-Cooper-Lauf am 13. April an gleicher Stelle wird es besser werden. Dem Einsatz der neuen Uhr steht dann wohl keine Absperrung mehr im Wege...**



**Dagmar, die freundliche Übungsleiterin der DJK Adler Gymnastik-Frauen versorgte alle Sportler, denn Nach dem Neujahrslauf versammelten sich die Leute noch kurz im Adler – Vereinsheim zu einem typischem Neujahrsimbiss mit kalten Erfrischungen oder einem heißen Tee oder Kaffee. Die Gelsenkirchener Rosen-Apotheke im Kirchviertel der City zeigte sich wie schon so oft wieder einmal spendabel. Hier an den großen Feldsteinen in Gelsenkirchen-Feldmark wird am 7. September 2014 der Startpunkt für den 1. Gelsenkirchener Crosslauf sein. Es braucht nicht immer gerade ein Marathon sein, wenn man seine Kondition überprüfen möchte. Die Kriterien des Dr. Cooper reichen schon, um seinen Stand in Sachen läuferische Kraftausdauer zu ermitteln.**