

**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 - FLVW

**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**

**S P O R T O H N E D O P I N G**

Fußballextra seit 1984 - Saison 2013/2014 - Laufende Nr. **+035** vom 24. Aug. 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

## Der FC Schalke verliert gegen Dresden 2:1 – und prompt wird der Kopf des Trainers gefordert...

**Sieghard Tinibel:** Ich denke einmal, dass es in einem solch großen Betreuerstab viele Stimmen gibt, die für oder gegen die Aufstellung eines Spielers sind... die sind doch nicht in der Kreisklasse... und selbst da hat der Betreuer etwas mitzubestimmen... geschweige denn der Arzt - Nee, Schuld an diesem Dilemma sind ganz alleine die Spieler. Schaut Euch Boateng an - der wollte sich nur ausruhen nach der anstrengenden WM und das Spiel aus dem Mittelkreis dirigieren... Alle waren sich zu sicher, das war der große Fehler und genau deswegen liebe ich den DFB-Pokal zu dieser Jahreszeit, weil immer wieder die "Schlaumeier" in die Falle tappen. Wenn ein Trainer wissen will wie stark sein Kader ist, sollte er sich nur auf den Cooper-Test verlassen. Das Gehampel mit den vielen Betreuern und Ärzten verunsichert doch nur die Spieler... hier eine Werbung im Foto für den letzten DFB-Cooper-Lauf im WM Jahr --- eine Innovation für den ehrlichen Sport von mir - Felix Magath lässt grüßen - er war einer der Wenigen die sich nicht dreinreden ließen ... und prompt wurde er geschasst... in München wie in Schalke... hier im Bild der DFB-Cooper-Lauf am 7.9. in Gelsenkirchen - jeder kann mitmachen ... kostenlos durch mein Engagement im Gelsenkirchener Breitensport seit 1985 als lizenzierter DOSB-Sportlehrer...



# SPIELTAGS-ZEUGNIS

Schalke in der Einzelkritik

## NOTENBLATT



Sieghard Tinibel

FOTO: PRIVAT

Fan WAZ

Ralf Fährmann	2	3
Marco Höger	5	5
Felipe Santana	5	5,5
Joel Matip	3	4,5
Sead Kolasinac	3	5
Roman Neustädter	4	5
Kevin-P. Boateng	5	5
Sidney Sam	6	5,5
Max Meyer	6	4,5
Eric Choupo-Moting	5	4,5
Klaas-J. Huntelaar	6	5
Julian Draxler	2	3

Und hier die WAZ-Wertung von Sportredakteur Andreas Ernst

# Spielfilm: Schalkes Pokal-



## Fährmann rettet nach vier Minuten

**20.34 Uhr:** Die erste große Chance des Spiels hat der Außenseiter. Dresdens Justin Eilers läuft Sead Kolasinac davon und kommt aus halbrechter Position zum Torabschluss. Schalkes Torwart Ralf Fährmann ist heilwach und klärt mit einer Fußabwehr.

www.Gelsenkirchenmarathon.de \*PARKSPORT\* FÜR ALLE  
"Spür das Draußen!" kostenlos - kriert von Sportlern für Sportler.



**Sieghard Tinibel**  
@STinibel  
Seit 1978 ehrenamtliche Tätigkeit als lizenzierte(r) Trainer und Funktionär. fußballfunktion.de gelsenkirchenmarathon.de ruhrstadtmarchen.de  
Gelsenkirchen  
gelsenkirchenmarathon.de  
Bei Twitter seit März 2012

TWEETS 561 | FOTOS/VIDEOS 297 | FOLGE ICH 1.046 | FOLLOWER 337 | Mehr v

**Tweets** Tweets und Antworten  
Sieghard Tinibel @STinibel · 19. Aug  
Cross-Training - zwar nicht zu vergleichen, aber immer noch bei Spielern des FC Schalke 04 unvergessen, als Felix ... der immer noch geliebte Quälix, bei seiner Übernahme der Profis des FC Schalke 04 zeigte, wie hoch die Zuschauerränge des Parkstadions waren. Die auf diese Weise genossene, aerobe und anaerobe Phasen - kombiniert mit Treppenhüpfen - verbesserten enorm die Kraftausdauer und Schnelkraft im Nu. So soll es beim Parksport nicht sein, aber wer will...

Wem folgen? Aktualisieren Alle anzeigen  
Lea @Maximalkraft  
FitnessFirst Germany  
Bereite Accounts - Freunde finden



Startpunkt an der Feldmarkstraße neben dem Feldmark-Stadion. Von hier aus geht es in den Naturpark Zollverein hinter der Trabrennbahn  
**7. Sept. 2014 - Start 11:00 Uhr**



Zur FIFA WM 2006 entsandete FIFA Präsident Sepp Blatter noch ein Grußwort für den DFB-Cooper-Lauf anlässlich der FIFA WM im Austragungsort Gelsenkirchen der Fußballstadt...





**Freizeit: Im Park wächst ein Erlebnisort – Wichtig wäre es auch, den Kindern in der Freizeit die giftigen Pflanzen näher zu bringen.**



Die deutsche Pflanzenwelt genießt eine große Vielfalt. Aber nicht alle der Blumen und Gewächse, die schön anzuschauen sind, sind ungefährlich. Nicht jede Pflanze warnt den Betrachter durch eine auffällig rote Farbe vor Giftstoffen. Viele dieser gefährlichen Pflanzen werden im Gartencenter verkauft, manche wachsen auf Spielplätzen und wieder andere sind eigentlich gut bekannt.

## 15 der giftigsten Pflanzen der Bundesrepublik

Nachfolgend werden die Pflanzen aufgeführt und mit einer kurzen Beschreibung versehen, die erklärt auf welchem Wege das Gewächs giftig sein kann.

## **Hortensie**

Als Ersatzstoff für Marihuana wird häufig die Hortensie verwendet. Sie kann in vielen Gärten gefunden werden. Es ist nicht schwierig diese Blumen zur richtigen Jahreszeit zu entwenden. Viele Hobbygärtner zieren ihren Garten mit der Schönheit der Hortensie. Viele wissen jedoch nicht, dass die Pflanzen eine Verbindung aus dem Blausäurebereich aufweisen.

## **Bilsenkraut**

An den Randflächen von Feldern mit landwirtschaftlicher Bestellung wächst das Bilsenkraut. Es gehört der Familie der Nachtschattengewächse an. Wer sich mit dieser Pflanze berauscht, der verspürt zunächst Erregung. Nach einer Weile setzen Halluzinationen ein. Schließlich kann sogar der Tod durch Herzversagen eintreten.

## **Tollkirsche**

Fast jeder hat sie schon gesehen, die Tollkirsche. Die schwarzen Beeren haben eine leuchtende Haut und Erwachsene wissen für gewöhnlich, dass diese Beeren nicht gegessen werden dürfen. Hauptsächlich für Kinder ist die Tollkirsche eine Gefahr. Je nach Gewicht reichen auch schon ca. vier Beeren aus, um einen Menschen zu töten.

## **Bittersüßer Nachtschatten**

In der Nähe von feuchten Auenwäldern ist der Bittersüße Nachtschatten zu finden. Seine Früchte, die später Gelb werden, sind insbesondere im unreifen Zustand gefährlich. Beim Verzehr stellt sich zunächst ein süßlicher Geschmack ein. Dieser wandelt sich später zu bitter. Es tritt ein Kratzen im Hals auf, Erbrechen ist die Folge. Schlussendlich kann der Verzehr auch zur Atemlähmung führen.

## **Engelstropete**

Die Engelstropete bezaubert den Gärtner ebenfalls mit seinem schönen Aussehen. Die Blütenblätter werden jedoch als Ersatzstoff für halluzinogene Drogen genutzt. Der Verzehr einer größeren Menge ist gefährlich. Für Kinder können wenige Gramm schon tödliche Folgen haben.

## **Blauer Eisenhut**

Der Blaue Eisenhut ist ebenfalls schön anzuschauen. Er wächst entlang der Bäche in den Alpen. Die ganze Pflanze enthält Aconitin. Diese giftige Substanz ist stärker als Stychnin und wirkt schon in geringer Konzentration für den Menschen tödlich. Atemnot und Herzstörungen sind die Folge. In der Geschichte wurden viele Persönlichkeiten mit diesem Gift ermordet. Der gelbe Eisenhut wächst im Gebirge und in Laubmischwäldern. Er stellt eine ähnliche Gefahr dar.

## **Eibe**

Die Eibe verfügt über hübsche, rote Früchte. Rot dient in der Natur oftmals als Warnfarbe. Diese Frucht ist keinesfalls zu verzehren. Schon einige Gramm der Eibenfrucht können zum Tod führen. Besonders Kinder fühlen sich versucht von den roten Früchten zu naschen.

## **Wasserschierling und Gefleckter Schierling**

Mit einer Höhe von bis zu zwei Metern ist der Schierling nicht gerade klein. Früher wurde die Pflanze benutzt, um einen giftigen Trunk herzustellen. Personen, die zum Tode verurteilt wurden, mussten diesen trinken. Heute ist der Schierling nur noch selten anzutreffen. Da die Pflanze auch für Nutzvieh eine Gefahr darstellt, wird er systematisch ausgerottet.

## **Herbstzeitlose**

Heilmittel oder Gefahr? Tatsächlich wird die Herbstzeitlose angepriesen ein krebshemmendes Mittel zu sein. Tatsächlich besteht jedoch die Gefahr schon an geringen Mengen der Pflanze zu sterben. Von einem Verzehr ist daher abzusehen.

## **Gemeiner Goldregen**

Als Strauch oder kleiner Baum tritt der Gemeine Goldregen auf. Er kann tatsächlich bis zu sieben Meter hoch wachsen. Die Blätter hängen jedoch in die Tiefe. Die Pflanze ist sehr genügsam und kann daher fast überall wachsen. Der gesamte Wuchs ist jedoch eine Quelle des Giftes. Insbesondere die Samen können beim Verzehr Übelkeit und Krämpfe hervorrufen. Es besteht auch eine akute Gefahr für Atemlähmung. Es handelt sich hier um das Gift Cystisin.

## **Wunderbaum**

Ein schöner Name für eine schöne Pflanze? Der Wunderbaum ist aber hochgradig giftig. Wer seine Samen verzehrt, dem kann das Blut zu Klumpen erstarren. Der Blutfluss wird gehemmt und schließlich setzt der Tod ein. Schon eine geringe Menge stellt eine Gefahr dar. Der Giftstoff im Wunderbaum trägt den Namen Rizin.

## **Roter und Gelber Fingerhut**

Mit einer Form wie ein Fingerhut ist der Name der Pflanze schnell erschlossen. Der Rote Fingerhut stellt die größere Bedrohung dar. Er kann praktisch in ganz Deutschland vorkommen und ist schon beim Genuss von nur zwei Blüten tödlich. Störungen der Wahrnehmung und Unregelmäßigkeiten in der Atmung treten zu vor ein. Der Gelbe Fingerhut verursacht Koliken, Krämpfe und Störungen des Herzrhythmus.

## **Tabak**

Zum Rauchen ein Genussmittel, beim Verzehr ein Gift mit tödlichen Folgen. In Deutschland gibt es nur wenige Tabak-Felder. Das Gift Nikotin ist in ihnen enthalten. Wer nur wenig einnimmt, der bekommt Kopfschmerzen und Schwindel. Wer jedoch eine tödliche Menge verzehrt, der hat zunächst mit Krämpfen, schließlich mit Bewusstlosigkeit und Atemstillstand zu kämpfen.

## **Stechapfel**

Der Stechapfel sieht einem gewöhnlichen Apfel nicht unbedingt ähnlich. Er ist kleiner und die Frucht weist schmale, grüne Dornen auf. Für gewöhnlich animiert die Pflanze durch ihr Aussehen nicht dazu sie zu verspeisen. Und das ist auch gut so. Schon wenige Gramm sind für ein Kind tödlich. Aber auch für Erwachsene stellt diese Frucht eine Gefahr dar.



## Weißer Germer

Eine sehr unauffällige, grün-weiße Pflanze. Sie ist umso giftiger, in je niedrigerem Gelände sie wächst. Auch vom Aufbau her ist sie am Wurzelstock am giftigsten. Der Weiße Germer führt bei einer hohen Dosis zu Erbrechen, Krämpfen, er hat eine halluzinogene Wirkung und führt abschließend zu Atembeschwerden. Ohne ärztliche Behandlung ist der Betroffene innerhalb von drei Stunden aufwärts verstorben.

**Wer mit kleinen Kindern die Freizeit in den Parks verbringt, sollte immer davor warnen Pflanzen in den Mund zu nehmen!**



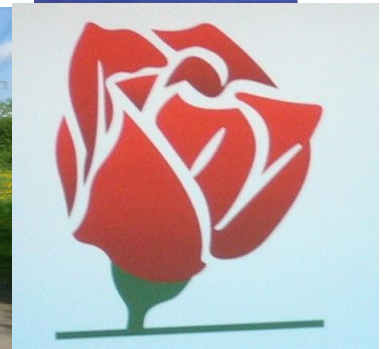
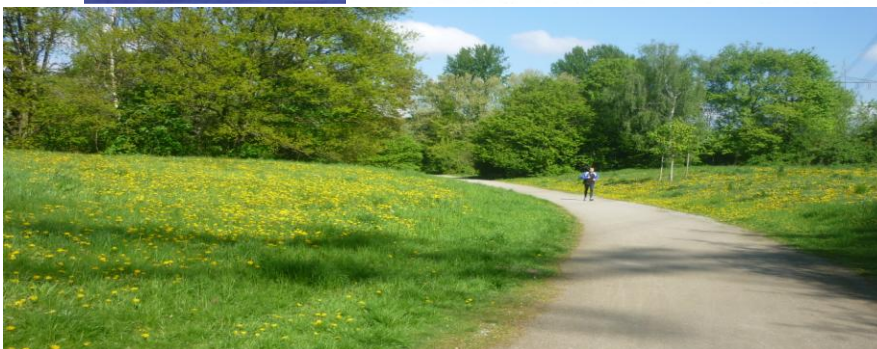




**Wer mit kleinen Kindern die Freizeit in den Parks verbringt, sollte immer davor warnen Pflanzen in den Mund zu nehmen!**



Gesundheitspark  
Nienhausen





25. Juli

Sommertreff der SPD-Ratsfraktion bei den essbaren Gärten in der Kinderburg des Ziegenmichel im Gesundheitspark Nienhausen. Schöne Atmosphäre, engagierte Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter und ein vorbildliches Projekt. — mit M M und 5 weiteren Personen.



### Formularbeginn

[1mal geteilt](#) Gefällt mir nicht mehrGefällt mir nicht mehr · · Teilen

Dir, Michaela Mt, Heinb und 13 weiteren Personen gefällt das.



**Sieghard Tinibel** Eine sinnvolle Sache...was ich vermisse beim „Ziegenmichel“ ist eine Aufklärung über Giftpflanzen in der Natur des Parks... es braucht ja nicht immer erst zu Bauchschmerzen kommen, wenn die uns Schutzbefohlenen anfangen zu probieren. Man bedenke, dass Eltern heute keine Zeit mehr für ihre Kinder haben und somit auch hier die Kita oder ähnliche Stationen für die Aufklärung Sorge tragen sollten... dies möge auch als Gedankenanstregung für die sich immer wieder gerne selbstdarstellenden Genossen (siehe Foto) dienen. Im Übrigen... bald ist wieder **Parksport** dabei können auch alle etwas von mir, als DOSB-Sportlehrer lernen – ihr braucht auch nichts zu bezahlen - auch für Euch als meine Parteigenossen würde ich alles in alter Gewohnheit für lau machen, denn meine Art der sozial emotionalen Intelligenz im Jugendschutz sowie im Tierschutz gegenüber dem Schwächeren ist bekannt... also, kommt mal vorbei, wenn es nicht regnet... Parksport - umsonst und draußen – dabei kommt mehr Bürgernähe auf, als bei Bratwurst und Bier vor dem Wahlkampf...auch können alle gerne mitlaufen denn...

**Trotz Ela: DFB-Cooper-Lauf geht cross!**



# Gute Nachrichten für Sportler aus dem Hans-Sachs-Haus... Finale Untersuchung der Strecke gibt den Weg frei. FLVW ändert die Maske der Veranstaltungen

Nun kann der Lauf am 7. Sept. 2014 doch noch stattfinden wie geplant -  
Entsprechende Mitteilung wurde heute versendet von Gelsendienste.

[Die Cooper-Cross-Strecke in der Feldmark im FLE-Video - klick](#)



Viel Kleinholz im Park (links)... und das Unkraut wird auch nicht weniger in den Parks und auf den Sportanlagen (rechts)...



Nicht nur der Sturm schädigt die Sport- und Parkanlagen Gelskirchens.  
Ein Teil der mit hohen Kosten und viel Mühe aufgestellten Nordic-Walking-  
Empfehlungen fürs Training und für die Strecken, sind mutwillig „versaut“  
und mit Sprühfarbe unleserlich gemacht worden.



## Ela macht den Blick frei „Auf der Reihe“



Über 50 Bäume sind auf der Sportanlage im Gelsenkirchener Süden der Pfingststurmwalze  
Ela zum Opfer gefallen. Der Blick von der SSV/FCA Tribüne ist nun freier, aber auch sehr  
sonnig dadurch geworden.



Ein Appell an die sportliche Vernunft - Bericht der WAZ...

Klick hier ein FLE - Video vom Staffeltag der Amateurfußballer  
im Kreis 12 Gelsenkirchen/Gladbeck/Kirchhellen





**Zentraler Punkt im Kirchviertel - Das Hans-Sachs-Haus und das Versorgungsamt spielen eine nicht unwichtige Rolle bei der Entwicklung des DFB-Cooper-Laufs gegen Doping und Drogen im Sport. Von hier aus soll daher der Gelsenkirchenmarathon nun im Jahre 2016 gestartet werden, weil der Gewittersturm ELA zu Pfingsten 2014, die Parkstrecke für 2015 zerstörte. Bis dahin wird die schönste und interessanteste Marathonstrecke durch die Gelsenkirchener City mit der Bahnhofstraße und dem Stadtpark wohl wieder für den Halbmarathon fit sein.**

**Kraftausdauer testen wie ein Fußballweltmeister beim DFB-Cooper-Lauf "Cross" am 7. Sept. 2014 - 11:00 h**



**Aerobe und anaerobe Phasen im Training deutlicher wahrnehmen.**

Warum es so lange dauerte, bis die zahlreichen Ehrenamtslobbyisten in meinem Sportumfeld und im Verein DJK TuS Rotthausen, das Projekt im Gelsenkirchener Volkslauf zerstört hatten, wundert mich und manch anderen Sportkameraden eigentlich schon. Bei anderen Innovationen, die mein Wirken auf kaufmännisch-organisatorischem Gebiet im Versorgungsamt Gelsenkirchen betrafen, waren manche etwas schneller, aber genauso skrupellos, z. B., als sie sich meiner Verbesserungen bemächtigten und diese, als auf ihrem Mist gewachsene Eingebungen bezeichneten.

Noch heute sprechen mich oft ehemalige Kollegen darauf an, denn man hatte es damals wohl schon mitbekommen, woher auf einmal diese mannigfachen Verbesserungen im täglichen Arbeitsprozess stammten.

Als ausgebildeter Kaufmann und Organisator, vor dem Amtsantritt in Diensten der Firma Gustav Kalthoff KG, (heute Coca-Cola GmbH. In Herten) brachte ich viel Erfahrung mit ins Amt. Vor allen Dingen aber mein Talent, kaufmännisch-organisatorische Massenprobleme erkennen zu können und mit speziellen Datenflussplänen zu lösen. Das geschah noch vor der Einführung der PC in den Öffentlichen Dienst. So entwickelte ich auch auf diese Art und Weise die Organisation für den 1. Int. Gelsenkirchener Volkslauf im Laufe der Jahre von 1985 an bis zum heutigen Gelsenkirchenmarathon, mit dem Projekt gegen Doping und Drogen im Sport..

Menschen die mich kennen, wissen, dass ich nichts beschönige und nicht gerade profilneurotisch veranlagt bin. Ich würde auch nie einen Menschen verunglimpfen oder die Unwahrheit über ihn verbreiten oder vielleicht sogar einen Anwalt belügen, um mir dadurch Vorteile zu verschaffen – so wie es mir im Sport in ehrenamtlichen Diensten bei DJK TuS Rotthausen passierte.

Da meine Widersacher im Gelsenkirchener Sport aber weiterhin sehr rührig sind, die Unwahrheit zu erzählen und es mit Verleumdungen bis zum Rufmord gar auf die Spitze treiben, möchte ich nun auch an dieser Stelle weitere Beschreibungen unternehmen, die meine Innovationsgabe und meine ständige Kreativität – insbesondere auf sportlichem Gebiet in der Leichtathletik und im Fußball - mit weitere Nuancen dokumentieren können.

Viele Menschen in Gelsenkirchen wissen, dass ich einer der ehrlichsten Sportler bin und genauso wie meine Vorfahren, sehr gönnerhaft mit meiner sozial, emotionaler Intelligenz verfare, indem ich jeden Menschen meines Umfeldes, an meinen Ideen teilnehmen lasse. So hat es mich weder im Sport noch im Amt jemals gestört, wenn sich andere Leute die Lorbeeren nahmen, die ich aber durch meine Kreativität und insbesondere durch meine Beharrlichkeit eigentlich erst zum Wachstum brachte.

Die Zerstörung des Projekts und die Nichtakzeptanz des DFB-Cooper-Laufs mit den begleitenden Beleidigungen von Zeitgenossen, lassen mir aber nun keine andere Wahl, als etwas tiefer in die Geschichte meiner gönnerhaften Familie zu gehen und zu erklären, warum solch eine Großherzigkeit mit Wahrheitsliebe und Gerechtigkeitssinn überhaupt entstehen kann. Heute weiß ich, dass ich gar nicht anders handeln konnte, denn die helfende Hand wurde mir in meiner Familie immer vorgelebt und bewusst gemacht – auch wenn man mal nichts dafür bekam. Das waren dann im Endeffekt auch die Wurzeln zu der Handlungsweise meiner Familie im 3. Reich. Als Mitglied eines ziemlich effektiven Netzwerks evangelischer Christen in Gelsenkirchen und darüber hinaus, wurden neben Juden, Kommunisten und Sozialisten auch andere Verfolgte des Naziregimes in Gebäudeteilen unseres Anwesens versteckt und dadurch vor dem Zuchthaus oder gar Konzentrationslager bewahrt . Hier in meinem Geburtshaus in Rotthausen an der Karl-Meyer-Str. 8.

In das Bild integriert habe ich einen Teil der Geschichte meiner Familie, damit allen Sportlern zumindest bewusst gemacht wird, dass es auf der Karl-Meyer-Straße in Rotthausen „Stolpersteine“ der besonderen Art zu verlegen gilt. Dazu ist ein Video von mir geplant.

Geplant ist aber auch weiterhin der Aufbau eines Sportvereins, der die hehren Gedanken der Grundsportlichkeit zu pflegen bereit ist, indem man sportlich, die Werte der von Dr. Cooper entwickelten Konditionsrichtlinien zur Orientierung verbreitet. Ich hoffe, dass mir dieses gelingt und so werden die Veranstaltungen im Parksport auch nach der Pfingssturmwalze “Ela“ weitergehen. Wer mithelfen möchte ist herzlich willkommen. Am 1. 1. 2015 und am 1. Mai 2015 sind die neuen Veranstaltungstermine.



» Im Blickpunkt Der Staffeltag des Fußballkreises Gelsenkirchen, Gladbeck, Kirchhellen in der Stauder-Brauerei

„In einigen Vereinen gibt es Chaoten, egal, ob Spieler oder Funktionäre“, sagt der Kreisvorsitzende Peter Schywek. Die Strafen für Spielabbrüche werden in der Zukunft drastisch erhöht

Funktionäre werden angegriffen

Fußball. Beim Thema Klasseneinteilung



Gerd Eschenröder FOTO: MM

Essen. Gerd Eschenröder leitete als Vorsitzender des Kreisfußballausschusses den Staffeltag in der Stauder-Brauerei in Altenessen.

Doch auch der Kreisvorsitzende meldete sich zu Wort, nicht nur zum Thema Gewalt, sondern auch in Bezug des Verhaltens der Vereine mit den Funktionären. „Wir werden als Fußballtreter benutzt“, sagte Peter Schywek. „Einige haben den Bezug zur Realität verloren.“ Ihn erboste, was etwa bei den Staffeleinteilungen, die später ja noch korrigiert wurden, auf den Kreisvorstand einprasselte. „Manche verstehen nicht, was für eine Arbeit dahinter steckt“, sagte Peter Schywek. „Es wird immer Entscheidungen geben, mit denen ein Verein nicht einverstanden ist.“

Gerd Eschenröder zitterte auch ein wenig die Stimme, als er etwas zu diesem Thema sagte. Er widersprach vehement, dass „Vereine oder Kreisfunktionäre Einfluss genommen hätten“ bei den Staffeleinteilungen. Es ist übrigens keine leichte Aufgabe, die insgesamt 118 Mannschaften der kommenden Saison in den sieben Ligen und Staffeln auf Kreisebene unter einen Hut zu bekommen. sta

## Die Gewalt auf dem Platz bleibt ein Thema

Von Stefan Andres

Essen. „Fußball und Bier passen gut zusammen“, sagte Diplom-Brau-Ingenieur Axel Stauder als Gastgeber des Fußball-Staffeltages bei seiner Begrüßung. Er mag ja Recht haben, so muss es also andere Gründe geben, warum die Gewalt auf den Fußballplätzen weiterhin ein Thema ist und in der Versammlung auch mehrmals zum Thema wurde.

Doch es ist nicht nur die Gewalt auf dem Platz, sondern es sind auch andere negative Sachen, die der Kreisvorsitzende Peter Schywek in seiner Eröffnung ansprach. So haben wohl einige Vereine finanzielle Rückstände beim Kreis. Einige Vereine halten sich nicht an Absprachen. „Die Absprachen gilt es einzuhalten, aber das machen einige nicht. Bis zum 11. August haben diese Vereine noch Zeit zu zahlen, sonst folgt der Ausschluss“, sagte Peter Schywek. „Und da gibt es nichts zu verhandeln. Wir haben eine Fürsorgepflicht gegenüber den anderen Vereinen.“ Vielleicht sind einige Mannschaften beim Saisonstart in einer guten Woche gar nicht mehr dabei. Schywek: „Telefonieren nutzt nichts mehr, Geld auf den Tisch.“

Der Kreisvorsitzende war beim Staffeltag der erste, der das Thema Gewalt auf den Sportplätzen ansprach. „Es fruchtet nicht, wir wer-

den es nun auch nicht mehr dulden“, sagte Schywek, der aber auch betonte, dass es mit 92 Prozent der Vereine keine Probleme gibt. „In einigen Vereinen gibt es Chaoten, egal, ob Spieler oder Funktionäre. Wenn es zu Spielabbrüchen kommt, dann werden es Spieler, aber auch Vereine zu spüren bekommen.“ Und er richtete ein Appell an die Vereine: „Helft alle mit, dass nichts passiert.“

**Neuer Rekord: 74 Verhandlungen**

Auch der Vorsitzende der Kreispruchkammer sprach das Thema an. „Mit 74 Verhandlungen hatten wir einen neuen Rekord“, sagte Christian Rommeswinkel. Darunter waren 35 Spielabbrüche und zwei Verhandlungen wegen Zuschauerausschreitungen. Er verdeutlichte an zwei Beispielen, wie Strafen in Zukunft aussehen könnten. „Eine Kopfnuss ist eine gefährliche Körperverletzung und das bedeutet Freiheitsstrafe. Und wenn Pässe gefälscht werden, ist das Urkundenfälschung“, sagte Rommeswinkel. „Ab sofort werden wir bei einem Spielabbruch an die Höchstgrenze der Strafen gehen.“ Das kann für die Verursacher dann zu mehrmonatigen oder sogar mehrjährigen Strafen führen. In der Vorbereitung auf die kommende Saison gab es auch schon wieder fünf Spruchkammersitzungen.

Auslosung der 2. Kreispokalrunde am 7. August

Berichte der WAZ zum Thema

■ Am Donnerstag, 7. August, wird um 18 Uhr in der Kreisgeschäftsstelle am Schürenkamp die 2. Kreispokalrunde ausgelost. Als Spieltermin ist der 27. August vor-

gesehen. Klassenniedrige Vereine haben weiterhin Heimrecht.

■ Vorsitzender Peter Schywek überreichte beim Staffeltag auch

zwei Ehrennadeln des Fußball- und Leichtathletik-Verbandes Westfalen an zwei verdiente Funktionäre. Gerd Eschenröder erhielt die Nadel in Silber, Ernst Kastner in Gold.



**Am 7. September in der Feldmark: Start 11:00 Uhr**

1.  
G  
E  
L  
S  
E  
N  
K  
I  
R  
C  
H  
E  
N  
E  
R  
C  
R  
O  
S  
S



Zentraler Punkt im Kirchviertel: Hans-Sachs-Haus und das Versorgungsamt spielen eine nicht unwichtige Rolle bei der Entwicklung des DFB-Cooper-Laufs gegen Doping und Drogen im Sport. Von hier aus soll daher der Gelsenkirchenmarathon nun im Jahre 2016 gestartet werden, weil der Gewittersturm ELA zu Pfingsten 2014, die Parkstrecke für 2015 zerstörte. Bis dahin wird die schönste und interessanteste Marathonstrecke durch die Gelsenkirchener City mit der Bahnhofstraße und dem Stadtpark wohl wieder für den Halbmarathon fit sein.



"Sport verbindet alle Menschen" nicht nur zu Turnieren wie der FIFA Fußball-Weltmeisterschaft. Links die Hauptstraße der City.

**Kraftausdauer testen wie ein Fußballweltmeister beim DFB-Cooper-Lauf "Cross" am 7. Sept. 2014 - 11:00 h**



# GELSENKIRCHENMARATHON

## Laufen in der Fußballstadt

1997 Grußwort zur Welt-Premiere des DFB-Cooper-Laufs  
Wolfgang Niersbach



Mit freundlichen Grüßen

*W. Niersbach*  
Wolfgang Niersbach  
Pressechef  
31. Januar 1997  
wn/ke

1.  
G  
M  
C



Grußwort FIFA WM Stadt 2006  
Joseph "Sepp" Blatter



*Sepp Blatter*

**DER GELSENMARATHON**

**"Immer eine Sportidee weiter...!"**  
**RUNNING CULTURE WORLDWIDE**



Sieghard Tinibel



1.  
G  
E  
L  
S  
E  
N  
K  
I  
R  
C  
H  
E  
N  
E  
R  
C  
R  
O  
S  
S





# Am 7. September in der Feldmark: Start 11:00 Uhr

1. G E L S E N K I R C H E N E R C R O S S

1. G E L S E N K I R C H E N E R C R O S S

"Spür das Draußen!" Der **DOSB** mit ausgebildeten Sportpädagogen begleitet Dich.

3.600 m **12:47:36** 8.000 m

**Der Mythos der Rose**  
1. Gelsenkirchener Crosslauf  
Naturpark Zollverein  
Feldmarkstraße - Fürstinnen-Stadion

**1. GMC** **Cooper**

DER GELSENMARATHON **GMC - Kirchviertel - CITY**

**"Den Mythos vom Schalker Markt tragen viele Sportler im Herzen!"**

Mit Walking

**Nordic Walking**



## Der 1. CROSSLAUF in Gelsenkirchen

Kostenlos - Videoauswertung

Am Sonntag, den 7. Sept. - Start: 11:00 h

Feldmarkstadion an der Feldmarkstraße

Startnummern ab 10:30 h kostenlos!

Alle Starterinnen erhalten nach dem Lauf

eine besondere Teilnehmermedaille!

Rosen und Pokale sind sein Metier im Breitensport - Alfred Verse - Gartenbau

"Immer eine Sportidee weiter...!"

**RUNNING CULTURE WORLDWIDE**

**Graziella**  
Eiscafé und Café mit Bistro

**Graziella**  
Königs-Land-Café  
Eisenbahnstr. 5  
Tel.: 0209 - 146084

Die Teams des Eiscafé mit Cafeteria und des Bistro Graziella I und II am Hans-Sachs-Haus und im Sparkassenhaus wünschen sportlichen Erfolg...



Videoauswertung  
ParkSport gefördert  
durch den 1. GMC - Kirchviertel - City

Kostenloses Laufsportevent.  
Die Startnummer dient zur besseren Identifizierung und Doku der sportlichen Leistung im Youtube-Video - ohne Klassen -



**Graziella 2**  
Rhein-Hausmarkt 1  
Tel.: 0209 - 146082

**ParkSport**  
Spur das draußen

**GMC**



**AP DATENTECHNIK**  
Weberstraße, 19  
45879 Gelsenkirchen  
Tel.: +49 209 957098 0  
oder +49 209 957098 1  
E-Mail: verkauf@ap-technik.de

**Morris Lee NUTRITIONS**

**www.morris-lee24.de**

Mail: wolfgang-ermer@t-online.de - Tel.: 0171 6553665

**SPORT**  
Wolfgang Ermer

Der FC Schalke 04 Fanclub "SAN SIRO 97" fördert!

Goldschmied und Juwelier  
Kaiser-Orlo-Platz 14 45274 Essen-Steels  
Tel.: 0201 616826 Fax: 0209 134520  
**Klaus Obermöller**

Allen Sportlern Gesundheit bei der Ausübung ihres ParkSports

Gelsenkirchenmarathon unterstützt von **INFO**

**Kapteina + Knepper OHG**  
Hauptstraße 70  
45879 Gelsenkirchen

Immer eine Idee weiter... Gelsenkirchenmarathon

**Der DFB-Cooper-Lauf geht cross** - am 7. Sept  
klick hier: Keine Baumschäden an der Strecke zu entdecken –  
freies Training jederzeit möglich  
<https://www.youtube.com/watch?v=rjnSi20562s>

**SPD Deutschland:** Die Sozialdemokratische Partei Deutschlands (Kurzbezeichnung: SPD) ist eine deutsche [Volkspartei](#) und die älteste [parlamentarisch](#) vertretene Partei [Deutschlands](#). Als erste Vorläufer der Partei gelten der 1863 gegründete [Allgemeine Deutsche Arbeiterverein](#) und die 1869 gegründete [Sozialdemokratische Arbeiterpartei](#). Sie ist derzeit in insgesamt dreizehn [Ländern](#) an der Regierung beteiligt, in neun davon stellt sie den [Regierungschef](#). Auf Bundesebene ist sie in einer Koalition mit den Unionsparteien an der Bundesregierung beteiligt.

Die SPD ist Mitgliedspartei der [Sozialdemokratischen Partei Europas](#) (SPE), der [Progressiven Allianz](#) und hat Beobachterstatus in der [Sozialistischen Internationalen](#) (SI), in der sie zuvor lange Zeit in führender Position tätig war, die Mitgliedschaft jedoch wegen Meinungsverschiedenheiten seit Anfang 2013 ruhen lässt. Parteivorsitzender ist seit November 2009 [Sigmar Gabriel](#).

Die Sozialdemokraten gehörten während der [Zeit des Nationalsozialismus](#) zu den ersten Gruppierungen, die von den Nazis verfolgt wurden. Viele Mitglieder, die sich nicht ins Exil flüchten konnten oder wollten, starben in [Konzentrationslagern](#) und [Zuchthäusern](#).

19 Std.

## Facebookauszug einer Unterhaltung

**JEDER MENSCH hat das Recht, seine Kultur und seine Identität zu verteidigen. AUCH DEUTSCHE!**

und natürlich die Pflicht.....😊

Gefällt mir nicht mehr · Kommentieren

Dir, 10 anderen gefällt das.

 **Sieghard Tinibel** Als Deutscher kann man gar nicht anders denken, denn unser Deutschlandlied beinhaltet in seinem Text " blühe Deutsches Vaterland" . Wenn nun dieses Vaterland nicht mehr wirklich gestützt werden soll und gedanklich nicht mehr als ein echtes Vaterland gelten darf, dann wäre ich dafür, dass man das Deutschlandlied umtextet. Ein Franzose oder Engländer darf stolz sein auf sein Vaterland. Der Deutsche darf das natürlich auch, denn wenn nicht das "1.000jährige Reich" dazwischen gekommen wäre, könnte er auch zu Recht stolz darauf sein, denn es heißt nicht umsonst: "Am Deutschen Wesen ist die Welt genesen!" Um dieses Gedankengut zu untermauern habe ich mit FLE ein Gedicht von mir zu dem Thema verbreitet, weil Sozis und Nazis nicht aufhören Deutschland zu verunglimpfen. Siehe auch [www.gelsenkirchenmarathon.de/dateien/1e/FLE.pdf](http://www.gelsenkirchenmarathon.de/dateien/1e/FLE.pdf) und den Anhang. Das Gedicht habe ich aufgrund der erfahrenen Verunglimpfung mit vorhergehender Projektzerstörung durch die SPD im Gelsenkirchenmarathon verfasst. Es basiert auf langjährige Erfahrungen bei Ausübung meines Dienstes im Amt und im Sport für unser Vaterland....



Geschlossene Gruppe  
1.116 Mitglieder (12 neu) · Per E-Mail einladen  
+ Personen zur Gruppe hinzufügen

Markierung:

EMPFOHLENE GRUPPEN [Alle anzeigen](#)

-  + Beitreten
-  + Beitreten
-  + Beitreten
-  Resse und 6 weitere Freunde sind beigetreten + Beitreten
-  2. Restkartenbörse FC Schalke 04 und 32 weitere Freunde sind beigetreten + Beitreten

Deutsch · Datenschutz · Impressum/Nutzungsbedingungen · Cookies · Mehr ▾  
Facebook © 2014



# Neuer City Lauf in der Nachbarstadt



Liebe Läuferinnen und Läufer,

es gibt spannende Neuigkeiten aus der Läuferzene im Ruhrgebiet, die Euch sicherlich auch interessieren werden!

Mit besten Grüßen,

Tilman Falt

Pressebüro  
CityTrail "Recklinghausen rennt"

## CITYTRAIL - EIN UNGEWÖHNLICHER STADTLAUF ÜBER STOCK UND STEIN

### PREMIERE VON „RECKLINGHAUSEN RENNT“ AM 13. SEPTEMBER 2014

Am 13. September erlebt die Ruhrfestspielstadt Recklinghausen eine sportliche Premiere. Der CityTrail „Recklinghausen rennt“ wird zum ersten Mal ausgetragen.



Der Hauptlauf geht über eine Distanz von fünf Kilometern und er macht dem Namenszusatz „CityTrail“ alle Ehre: Nach dem Start am Rathaus führt die Strecke zunächst durch die Altstadt, nach einigen überraschenden Richtungsänderungen und kräftezehrenden Treppenstufen in Richtung Stadtpark. Dort führt der Parcours querfeldein mit einigen Gefäll- und Steigungsstücken rund um das Festspielhaus.

Hier wird die Streckenführung durch Waldstücke sowie über Wiesen abgesteckt sein und im Anschluss auf überwiegend befestigtem Terrain zurück zum Rathausplatz führen.

Der erste Lauf bei „Recklinghausen rennt“ wird aber dem Nachwuchs vorbehalten bleiben. Über eine Distanz von rund 300 Metern führt die Strecke über den Rathausplatz. Der Start ist für 17.45 Uhr vorgesehen. Anschließend führt der

„ShortTrail“ (über 2,5 Kilometer, Start 18.00 Uhr) besonders diejenigen ein, die den Einstieg in den Laufsport ausprobieren, sich aber die anspruchsvollere Runde durch den Stadtpark noch nicht zutrauen. Der „LongTrail“ getaufte Hauptlauf startet dann um 18.30 Uhr.

## Und hier die Highlights in aller Kürze:

- Start und Ziel auf dem Rathausplatz in Recklinghausen
- Streckenlängen von 2,5 / 5 km Bambinilauf ca. 400 m
- **Alle Teilnehmer des Short- und LongTrails erhalten das exclusive CityTrail Running-Funktions-Shirt von unserem Partner Salomon**
- Individuelle Zeitmessung mit dem EasyChip
- Jeder Teilnehmer erhält die CityTrail Medaille
- Verpflegung auf der Strecke und im Zielbereich inkl. **VELTINS Fassbrause**



Weitere Infos und Anmeldung unter:

[www.recklinghausen-rennt.de](http://www.recklinghausen-rennt.de)

## Große After-Run-Party im Anschluß



Und im Anschluß starten wir die große After-Run-Party im Ratskeller!

Hier könnt Ihr dann mit Euren Freunden und Mitstreitern den hoffentlich gelungenen Start des 1. CityTrail in Recklinghausen ausklingen lassen! Alle Infos zur Party und die Anmeldung findet Ihr auch auf unserer Homepage!

[Anmeldung und Infos](#)

## Wir freuen uns auf Euch am 13. September 2014 in Recklinghausen!

### Euer CityTrail Team





# "Nur der GMC"



"Ehrlichkeit als Innovation gegen Neid, Lüge und Betrug im Sport!"

**Sturmwalze Ela bringt für den 7. 9. Verunsicherung: Aus dem 1. Gelsenkirchener Cross-Lauf wird möglicherweise nur ein offenes Training!**



[www.gelsenkirchenmarathon.de](http://www.gelsenkirchenmarathon.de)

**RUNNING-CULTURE weltweit. Mit dem DFB-Cooper-Lauf gegen Doping und Drogen aus der Fußballstadt Gelsenkirchen...**

**Der DFB-Cooper-Lauf geht cross** - am 7. Sept

**klick hier:** Keine Baumschäden an der Strecke zu entdecken – freies Training jederzeit möglich

<https://www.youtube.com/watch?v=rjnSi20562s>

Also geht der Werdegang noch einmal ganz von vorne los, denn... nach der Zerstörung des Projektes „DFB-Cooper-Lauf gegen Doping und Drogen im Sport“ durch die Uneinsichtigkeit von Gelsenkirchens SPD Politikern mit Sieghard Tinibels Kollegen im Rat der Stadt und im Versorgungsamt Gelsenkirchen, bleibt keine andere Wahl, als mit echten Sportlern, die den Schutz der Jugend im Sport auch als vorrangig betrachten, das Projekt neu anzuschieben...



**Saisonauftritt bei Sportfreunde Bulmke 67 e. V. - Gordon Miletic und Assistenten baten zum ersten Training. Am kommenden Sonntag, den 27. Juli 2014 ist das 1. Spiel am Tossehof - Anstoß 14:30 Uhr**



Bilder vom Spiel am Ende des Videos ... **Klick zum Video:**

<https://www.youtube.com/watch?v=PmLNxzgkA8Q>



**Freizeit im Ruhrgebiet... Cranger Kirmes**

<https://www.youtube.com/watch?v=gdocPrO9yLI>

Karstadt-Marathon durch Gelsenkirchen mit Lothar Windemuth von den Düsseldorfer Rennhamstern am Erfrischungsstand der Rotthäuser an der Kreuzung Hohenzollernstr. / Florastraße. Ein ähnlicher Laufspaß erwartet die Teilnehmer/innen am 7. September in der Feldmark. Dann geht der DFB-Cooper-Lauf erstmals cross. Schade, dass man damals noch nicht auf die Idee kam und die Aktivitäten mit FLE-Video online stellte. Danke schon jetzt den Gelsenkirchener Ursponsoren mit der Stadtverwaltung Gelsenkirchens und dem Land NRW für die weitere Unterstützung bei der Dokumentation zur Gründung eines weiteren Events mit dem GMC. Nach dem RUN UP im Frühjahr, dem Neujahrslauf im Winter, dem Gelsenkirchener Walkingday und dem Gelsenkirchener Frauenlauf wird somit eine weitere Idee im Laufsport



verwirklicht. Der GMC wird weiterhin dabei unterstützt von SF Bulmke mit A.Feldmark.



<https://www.youtube.com/watch?v=gdocPrO9yLI>

Die nachfolgend aufgeführte Veranstaltung wird nun doch nicht auf ein offenes Training reduziert, da die Veranstaltung nach einer finalen Besichtigung von Gelsendienste gefahrlos begehbar ist.



# Es gibt also weiterhin kostenlosen Parkspott mit dem GMC.

## Streckenverlauf: 1. Gelsenkirchener Crosslauf am Gesundheitspark-Nienhausen - Gelsenkirchen

So, 07.09.2014 (7,2 km)

**weitere Infos zur Strecke:** Der 1. Gelsenkirchener Crosslauf führt über die neu erstellte Brücke am Schwarzbach direkt in das Naturschutzgebiet der Halde Zollverein. Start und Ziel befinden sich in der Nähe des Feldmarstadions an der Fürstinnenstraße in 45883 Gelsenkirchen. Die Strecke ist bei einer Umrundung 3.600 m lang und kann auch 2 x unter die Laufschiene genommen werden, wenn man 7.200 m zurücklegen möchte. Die Ergebnisse werden mit einer Digitaluhr dokumentiert und im Video festgehalten. Das Video wird in Auszügen über YouTube ausgestrahlt. Eine Veranstaltung von GMC mit Adler Feldmark und Sportfrd. Bulmke. Für Crosslauf-Anfänger bestens geeignet.



Sportfreunde Bulmke und DJK Adler Feldmark mit dem 1. GMC - Gelsenkirchen-Marathon-Cooper und DOSB-Sportlehrer Sieghard Tinibel, laden alle Sportler/innen zum Crosslauf mit Startpunkt neben dem Adler-Stadion an der Feldmarkstraße zu einem 3.600 m langem Lauf ein.

Die Strecke liegt in Gelsenkirchens Süden im Stadtteil Feldmark, an der Grenze zu Essen-Katernberg im Essener Norden - Wer mag kann die Strecke auch 2 x oder gar auch 3 x durchlaufen. Die Zeitnahme und somit die sportliche Leistung wird mit einem Video dokumentiert und mit Youtube ins weltweite Netz gestellt.

Start: 11:00 Uhr – Startnummern ab 10:00 Uhr neben dem Adler Stadion an der Feldmarkstraße. Die nahe Zollverein-Halde wird dabei auf der 3,6 km langen Strecke des DFB-Cooper-Lauf über einen leichten Anstieg durchlaufen.

Eine offizielle Zeitnahme findet nicht statt, darum wird auf das Mitführen eines eigenen Chronometers hingewiesen. Keine Voranmeldung nötig - einfach hinkommen, Startnummer 10:00 Uhr empfangen und mitlaufen. Eine Klasseneinteilung ist nicht vorgesehen. Unter der angegebenen Domain [www.gelsenkirchenmarathon.de](http://www.gelsenkirchenmarathon.de) werden die Ergebnisse per Video ins Netz gestellt. Startpunkt – Feldmarkstraße, 45883 GE-Feldmark. Es kann aber auch ohne Startnummer mitgelaufen werden. Dies ist eine kostenlose Laufsportveranstaltung für alle die dabei sein wollen, wenn die neue Brücke über den Schwarzbach den Läufern und Walkern vorgestellt wird.

Die Teilnahme ist kostenlos und wird von den Nordic-Walking Sportkameraden der Rosen-Apotheke im Kirchviertel Gelsenkirchens, sowie den Helfer-Teams der SF Bulmke und DJK Adler Feldmark mit dem 1. GMC unterstützt. Die Strecke ist noch nicht amtlich vermessen, wird aber gekennzeichnet und an kritischen Punkten bewacht.

# Sieghard Tinibel - gefällt auf facebook: Gastronomie gegen SKY-Preisanpassung 2. August um 10:25 ▪

Das ist nicht das Einzige, was man den Preistreibern des Sports zuschreiben kann. Wenn man bedenkt, dass pro Saison auch für 350,- € eine neue Birne in den Bildwerfer eingebaut werden muss, kann einem der Wirt nur leid tun. Mit Premiere ging es eigentlich recht schnell zu Ende. Auch da sollte Fußballgucken zum Luxusgut stilisiert werden... Die kleinen Vereine auf dem Sportplatz um die Ecke würden sich freuen, wenn dadurch der ein oder andere Besucher wieder auf den Platz zu den Amateuren käme.

Ich selbst weiß es aber auch zu schätzen, dass ich in Gelsenkirchen-Rotthausen im Haus Beckmann oder im Haus Steinfurt ab und zu den FC Schalke sehen kann. Hoffentlich übertreiben die SKY-Kaufleute nicht so maßlos,.. Auf anderen Gebieten wird auch maßlos übertrieben... z. B. wenn man an einem Marathonlauf teilnehmen will...

**"SPORT VERBINDET ALLE MENSCHEN"**

**die Kosten treiben sie dann wieder auseinander...**

siehe dazu mehr unter [www.gelsenkirchenmarathon.de](http://www.gelsenkirchenmarathon.de)

[DJK Sportfreunde GE](http://www.djk-sportfreunde.de)

[gelsenkirchenmarathon.de](http://www.gelsenkirchenmarathon.de)

<https://www.youtube.com/watch?v=HVYjoa1Eq28>

Ein FLE Video über ein Netzwerk

<https://www.youtube.com/watch?v=3bNXa-Vlw8k>

Neue Saison beginnt mit Überraschungen - Regen und Starkwind lassen die Zuschauer zu Hause bleiben



**ROSEN APOTHEKE**  
FÜR EIN BLÜHENDES LEBEN  
Robert-Koch-Straße 2  
45879 Gelsenkirchen  
Telefon 02 09 2 68 32  
www.rosen-apotheke.de

**Nordic Walking im Team -**  
Montags und donnerstags  
Start um 10:00 Uhr  
mit Sieghard Tinibel  
Treffpunkt Rosen-Apotheke  
am Heinrich-König-Platz

**ROSEN-APOTHEKE**  
AM STADTPARK  
FITNESSPUNKT

Die Rosen-Apotheke - Ihr Fitnesstreffpunkt im Kirchviertel der Stadt Gelsenkirchen

Finde uns auf Facebook



# ROSEN KOSMETIK



Bei der durch „Ela“ entstandenen, unsicheren Angelegenheit im Parksport, könnte die neuartige Methode der Dokumentation einer sportlichen Leistung für mehr Planungssicherheit sorgen. Somit würde auch die müßige Kleinarbeit durch Anmeldung und der Verbandsberichterstattung entfallen, denn es ist nicht abzusehen, ob überhaupt eine Laufveranstaltung für 2015 gemeldet werden kann. Diese Video-Leistungsdokumentation nach einer Idee des DOSB Sportlehrers Sieghard Tinibel im Parksport, senkt die Kosten für die Sportler auf Null – hier 8 km in 44:39 Min für Simone und Monika - und kommt natürlich beim 1. Gelsenkirchener Crosslauf am 7. Sept. in der Feldmark zum Einsatz. Möglicherweise könnte daraus auch ein offenes Training werden. Jedenfalls stärken die Steigungen die allgemeine Kraftausdauer. Felix Magath wusste das auch immer schon und jagde die Profis die Stadionstufen rauf und runter. Nach dem Motte: Spür die aeroben und anaeroben Phasen intensiver beim Training am Berg!“



Rosen-Apotheke Gelsenkirchen

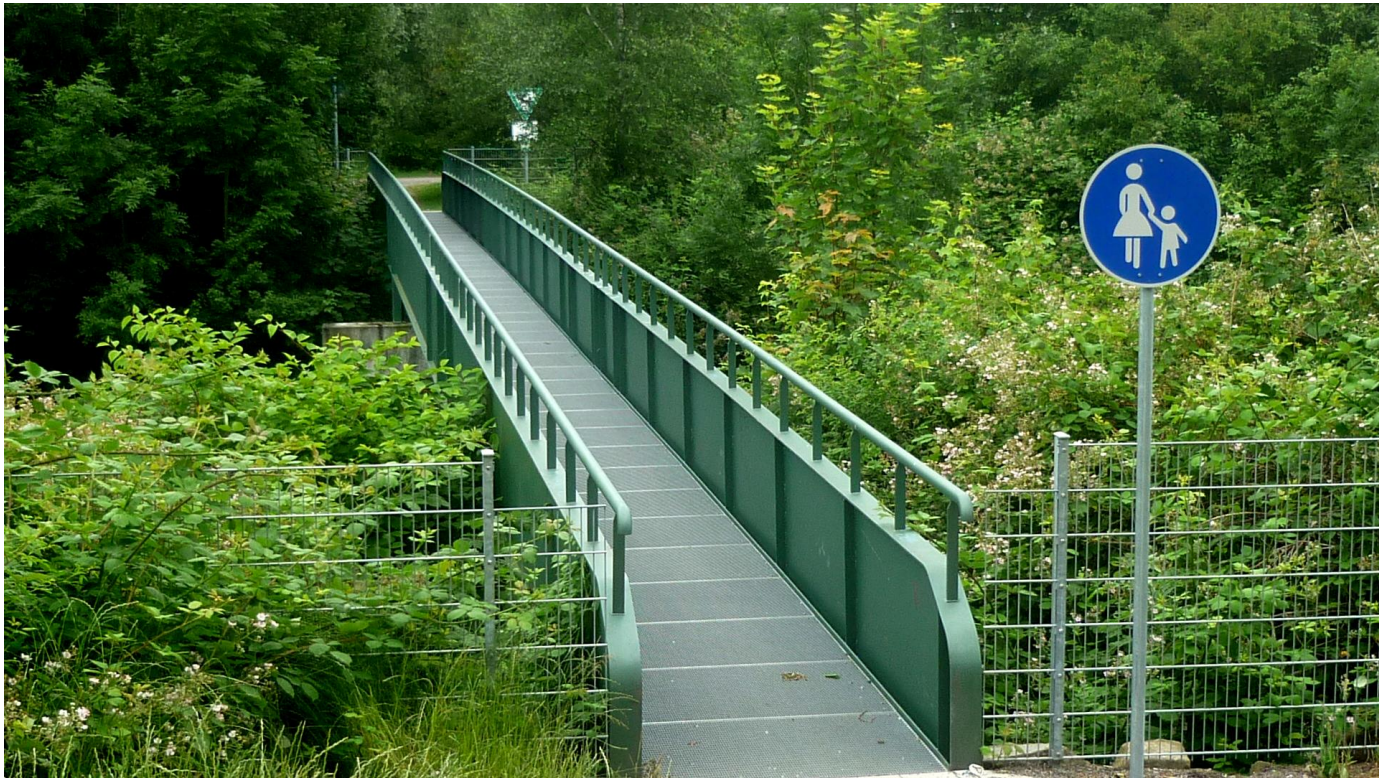
[Von Sieghard Tinibel](#)

Ein abgekartetes Spiel schadet dem Gelsenkirchenmarathon und zerstört das Projekt, das DOSB-Sportlehrer Sieghard Tinibel viel Kraft und auch einiges an Geld gekostet hatte, um die Veranstaltung über den Zeitraum von 25 Jahren für die Sportjugend seiner Heimatstadt Gelsenkirchen, mit den hehren Werten des Sports nach Dr. Kenneth Cooper zu erhalten. Die nächste Veranstaltung findet also am 7. 9. 2014 Start um 11:00 Uhr stattNachfolgend eine weitere Ansicht von dem Feldmarker Laufsportgelände. In das nahegelegene Gebiet des Naturparks Zollverein gelangt





man am besten über diese neue Brücke der Emscher-Genossenschaft.



Die Strecke in der Feldmark bietet sich auch für ausgiebige Spaziergänge, mit einer schönen Aussicht auf die umliegenden Landschaften an.



**Nordic Walking**



**Am Ende des Monats macht die Nordic-Walking Gruppe der Rosen Apotheke wieder ihren Jahresausflug. Dieses Mal nach Giethorn – dem Holländischen Venedig. Bedingt durch die Sperrung im Stadtpark kamen**



**die Nordic-Walker an diesem Haus eines Patrioten und Fußballfans der Deutschen Nationalelf vorbei.**



**Die wohl größte Fahne Gelsenkirchens ist am Hause an der Schwindstraße angebracht.**

**Die Wege im Stadtpark sind auch langsam wieder zu begehen. Dank an die fleißigen Anpacker der Gelsendienste und den auswärtigen Unterstützern.**

<https://www.youtube.com/watch?v=HVYjoa1Eq28>

**Ein FLE Video über ein Netzwerk**

<https://www.youtube.com/watch?v=3bNXa-Vlw8k>

**Neue Saison beginnt mit Überraschungen - Regen und Starkwind lassen die Zuschauer zu Hause bleiben**





**Zentraler Punkt im Kirchviertel - Das Hans-Sachs-Haus und das Versorgungsamt spielen eine nicht unwichtige Rolle bei der Entwicklung des DFB-Cooper-Laufs gegen Doping und Drogen im Sport. Von hier aus soll daher der Gelsenkirchenmarathon nun im Jahre 2016 gestartet werden, weil der Gewittersturm ELA zu Pfingsten 2014, die Parkstrecke für 2015 zerstörte. Bis dahin wird die schönste und interessanteste Marathonstrecke durch die Gelsenkirchener City mit der Bahnhofstraße und dem Stadtpark wohl wieder für den Halbmarathon fit sein.**

**Kraftausdauer testen wie ein Fußballweltmeister beim DFB-Cooper-Lauf "Cross" am 7. Sept. 2014 - 11:00 h**

**Aerobe und anaerobe Phasen im Training deutlicher wahrnehmen.**

## Laufsport in 2015 - dem DLV Gemeldet

Oberhalb der Trabrennbahn-Nienhausen

**Neujahrslauf und 1. Mai-Lauf**

**Laufen durch den Naturpark Zollverein  
Start- und Treffpunkt:  
Neben dem Stadion am Gesundheitspark**



*Gelsenkirchenmarathon mit dem DFB-Cooper-Lauf in der Fußballstadt*



**Gefördert von der Rosen-Apotheke Im Kirchviertel Gelsenkirchen**

**Am 1. Januar 2015 und am 1. Mai 2015**

**Start: 14:00 h - Startnummern ab 13:00 h**

**Kostenlos durch Video-Auswertung - ermöglicht durch Sportkameraden**



**3. Gelsenkirchener Walkingday mit DFB-Cooper-Lauf CROSS am 1. Mai 2015 Start 14:00 Uhr**



**5. Gelsenkirchener Neujahrslauf am 1.1.15 Start um 14:00 Uhr Danach Neujahr-Imbiss im Jugendraum des Feldmarkstadions**



**Trainieren wie ein Fußballweltmeister – Der DFB-Cooper-Lauf geht in der Feldmarküber eine Cross-Strecke 3,6 und 7,2 km...**



# "Nur der GMC"

**1.**  
**G**  
**M**  
**C**

Running-Culture  
Worldwide

KEINE  
MACHT DEN  
DROGEN

Fußballstadt  
Gelsenkirchen

**G**elsenkirchen  
**M**arathon  
**C**ooper

**"Ehrlichkeit als Innovation gegen  
Neid, Lüge und Betrug im Sport!"**

Mehr zum Thema laufen unter  
[www.gelsenkirchenmarathon.de](http://www.gelsenkirchenmarathon.de) . Der  
GMC feiert am Dienstag, den 16. 9. das  
1-jähriges Bestehen im „Haus  
Steinfurt“. Treffen dazu um 19:00 Uhr





## Universität Zürich

### Wie das Gehirn bei Vertrauensbruch reagiert...

**Wissenschaftler der Universität Zürich entdecken die gehirnphysiologischen Grundlagen des menschlichen Vertrauens und der Reaktion auf Vertrauensbruch. Sie konnten nachweisen, dass Oxytocin auch nach einem Vertrauensbruch vertrauensfördernd wirkt. Dem Forschungsteam um den Neuroökonom Ernst Fehr ist damit ein weiterer Schritt im Verständnis des Vertrauens gelungen. Die Studie erscheint am 22. Mai 2008 in der Wissenschaftszeitschrift «Neuron» (volume 58, issue 4).**

**Das menschliche Zusammenleben beruht auf Vertrauen. Ob in der Liebe oder in der Politik, im Familien- oder im Geschäftsleben, immer spielt das Vertrauen eine wichtige Rolle. Dementsprechend gross war das Interesse, als Forscher der Universität Zürich vor drei Jahren entdeckt hatten, dass Oxytocin das Vertrauen fördert. Unbekannt blieben allerdings die gehirnphysiologischen Grundlagen dieses Effekts und warum Oxytocin das Vertrauen erhöht. Offen war auch die Frage, ob Oxytocin das Vertrauensverhalten auch nach einem Vertrauensbruch beeinflussen kann.**

**Ein Forschungsteam der Universität Zürich mit dem Neurowissenschaftler Thomas Baumgartner, dem Neuroökonom Ernst Fehr und dem Psychologen Markus Heinrichs hat nun herausgefunden, dass Oxytocin einen Einfluss darauf ausübt, wie Menschen mit einem Vertrauensbruch umgehen. Probanden, die ein Placebo erhalten hatten,**



**reagierten auf einen Vertrauensbruch mit einer Reduktion ihres Vertrauensverhaltens. Dagegen veränderten Probanden, denen mittels Nasenspray Oxytocin verabreicht wurde, ihr Vertrauensverhalten nicht.**

**Diese unterschiedliche Reaktion auf einen Vertrauensbruch ist verbunden mit einem sehr spezifischen Aktivierungsmuster im Gehirn. Probanden, die Oxytocin erhalten hatten, zeigten eine geringere Aktivierung in der Amygdala, in Regionen des Zwischenhirns und im dorsalen Nucleus des Caudatus. Dieses Aktivierungsmuster deutet darauf hin, dass Oxytocin die Aktivierung in denjenigen Gehirnstrukturen reduziert, die sowohl in die Verarbeitung von Angst involviert sind als auch in die Verhaltensanpassung nach einem negativen Erlebnis wie zum Beispiel einem Vertrauensbruch.**

**Diese neuen Befunde können dabei helfen, tiefere Erkenntnisse über psychische Störungen zu gewinnen, bei denen soziale Defizit im Vordergrund stehen. Wie der Psychologe Markus Heinrichs erklärt, wird nun in klinischen Studien die Kombination intranasaler Oxytocinabgabe mit standardisierter Verhaltenstherapie bei der Behandlung von Störungen wie der sozialen Phobie und Borderline-Persönlichkeitsstörung geprüft. Der Neurowissenschaftler Thomas Baumgartner hofft, dass die Ergebnisse zu einer fruchtbaren Forschung über solche psychische Störungen führen werden. «Insbesondere das Wissen darüber, wo im Gehirn Oxytocin seine Wirkung entfaltet, könnte helfen, noch bessere therapeutische Interventionen zu entwickeln.»**

**Der Neuroökonom Ernst Fehr fügt hinzu: «Wir haben wichtige Elemente der neuronalen Grundlage von Vertrauen nach erfolgtem Vertrauensbruch entdeckt. Im Lichte der Bedeutung von Vertrauen im zwischenmenschlichen Zusammenleben eröffnen uns diese Ergebnis die Aussicht, die gehirnphysiologische Basis von prosozialem Verhalten im Allgemeinen besser ergründen und verstehen zu können.»**

**Der Vertrauensbruch unter Sportlern und Freunden, veranlasste mich zu diesem Video, mit dem ich etwas tiefer in die Erinnerungen griff...**

**[https://www.youtube.com/watch?v=HVYjoa1Eq28&list=UUauAzwcMR24H51boLEdF\\_hA](https://www.youtube.com/watch?v=HVYjoa1Eq28&list=UUauAzwcMR24H51boLEdF_hA)**