



Aktuelles aus den Abteilungen:

- Gymnastik • Handball • Leichtathletik
- Schwimmen • Seniorensport • Tennis
- Triathlon • Turnen



Im Wettkampf um den Aufstieg: Die Turnerinnen...



...des TuS Westfalia Hombruch 1891 e.V.

DER MUSKELKATER

Vereinsmitteilungen des TuS Westfalia Hombruch e. V.

„Muskelkater“
Heft Nr. 188
Jahrgang 60
Juli 2019



Grüßwort des Vorstands

Liebe Mitglieder und Freunde des TuS Westfalia Hombruch,

Der TuS Westfalia Hombruch weiter auf stabiler Grundlage!

Unter dieser Überschrift kann man aus Sicht des geschäftsführenden Vorstands die derzeitige Lage unseres Vereins zusammenfassen. Die Vorstandswahlen im März wurden weitgehend erfolgreich durchgeführt, wengleich leider nicht alle Positionen besetzt werden konnten. Die Mitgliederzahlen befinden sich auf einem konstanten Niveau, die Triathlon-Abteilung z.B. hat im Jugendbereich sogar erfreuliche Zuwächse. Auch die finanzielle Situation des Vereins ist nach wie vor gesund.

Allerdings gibt es für die Zukunft Herausforderungen und Risiken, an deren Meisterung der Verein unbedingt arbeiten muss. Die zunehmenden Schwierigkeiten, ehrenamtlich engagierte Mitglieder für Vereins- und Vorstandsarbeiten zu gewinnen, der zunehmende Altersdurchschnitt in manchen Bereichen, die „Konkurrenz“ durch private Anbieter von Fitness-Clubs u.ä., diese und weitere Probleme werden uns in Zukunft weiterhin beschäftigen. Wir vom Vorstand bemühen uns, diese Schwierigkeiten anzugehen und zu beheben. Wir fordern aber alle aktiven Mitglieder auf, sich zu engagieren und an der Lösung der Probleme mitzuarbeiten. Viel Spaß beim Lesen der Artikel dieser Ausgabe wünscht...

Der geschäftsführende Vorstand des TuS Westfalia Hombruch 1891 e.V.



Harkortstraße 51 a
44225 Dortmund
(Hombruch)

Tel.: 0231 712169
Fax: 0231 716900

loewen.apo.dortmund
@pharma-online.de

Durchgehend geöffnet

Mo. bis Fr.: 8.00 Uhr bis 18.30 Uhr

Sa: 8.00 Uhr bis 14.00 Uhr



Vorstand und Ansprechpartner

	Name	Telefon	E-mail
Geschäftsführender Vorstand			
1. Vorsitzender	Gerd Schlebrowski	02 31 / 71 66 19	vorstand@westfaliahombruch.de
2. Vorsitzender	Dietrich Jobstvogt	02 31 / 47 61 279	dietrich.jobstvogt@dokom.net
1. Kassenwartin	Hildegard Jakobi-Schlinge	02 31 / 72 75 69 0	h.jakobi-schlinge@outlook.de
2. Kassenwart Sozialwartin	Heinrich Hoppe-Oehl Marielies To-sanguan		hhodortmund@outlook.de marielies@to-sanguan.de

Abteilungen und Ansprechpartner

Gymnastik	Ulrike Behrendt	02 31 / 71 30 43	gymnastik@westfaliahombruch.de
Seniorenspport	Peter Marwedel		senioren@westfaliahombruch.de
Turnen	Eberhard Hanisch	02 31 / 71 11 25	turnen@westfaliahombruch.de
Leichtathletik	Paul Frei	02 31 / 79 30 320	leichtathletik@westfaliahombruch.de
Schwimmen	Matthias Rahn	02 31 / 96 51 14 13	schwimmen@westfaliahombruch.de
Triathlon	Ralf Herbst		triathlon@westfaliahombruch.de
Handball	Kai Ruben	01 72 / 28 35 757	handball-hombruch@gmx.de
Faustball und Jedermann	Bernd Lorenz	02 31 / 48 80 288	epfrei@t-online.de
Tennis	Burkhard Voss	02 31 / 71 40 58	tennis@westfaliahombruch.de
Badminton	Norbert Hüwel	02 31 / 72 59 921	

Weitere Ansprechpartner

Gaststätte Zum Muskelkater	Pächterin Iris Thiehoff	02 31 / 79 79 30 84 oder 01 77 / 67 45 56 7	
Vergabe von Tennis- plätzen und Hallen- administrator	Michael Burkat	0 23 05 / 54 22 79 oder 0151 / 23 03 15 89	info@michaelburkat.com
Webmaster Internet	Michael Burkat Nils Stockheim		webmaster@westfaliahombruch.de

Der TuS Westfalia Hombruch im Internet: www.westfaliahombruch.de

Geschäftsstelle und Büro

Adresse: Kieferstraße 34, 44225 Dortmund, E-mail: westfaliahombruch@t-online.de, Fax: 02 31 / 71 79 97
 Öffnungszeiten Büro: Mo., Di., Do. 9.00 Uhr - 11.00 Uhr, Mi. 17.00 Uhr - 18.00 Uhr
 Mitarbeiter: Peter Markweg, Telefon: 02 31 / 71 48 33

Gemeinsam Richtung Aufstieg



In der diesjährigen Saison 2019 ging es für die Turnerinnen des TUS Westfalia Hombbruch in der Gauklasse II an den Start. Für die anstehenden drei Durchgänge der Saison war das Ziel für die Mannschaft klar gesetzt: der Aufstieg in die Gauklasse I.

Im ersten Durchgang der Wettkampfsaison ging es für die Hombbrucher Turnerinnen Ende März in Kamen an den Start. Mit dabei: Jasmin Hohmann, Natascha Oberste, Ricarda Rütjes, Stefanie von Ophuysen und Linda Walter.

Als erstes Gerät des Tages stand der Sprung auf dem Programm. Hier wurden dem Kampfgericht eine Reihe von sauber geturnten Überschlägen präsentiert, die mit entsprechenden Punktzahlen belohnt wurden: Natascha erreichte 11,50 Punkte, Jasmin kam auf 11,95 Punkte, Linda erzielte 12,35 und Ricarda konnte an ihrem Lieblingsgerät mit 12,95 Punkte glänzen. Aus den besten drei Wertungen ergab sich für die Gesamtwertung eine Punktzahl von 37,25 – ein großartiger Einstieg in die neue Wettkampfsaison!

Vom Sprung ging es weiter zum Stufenbarren, der nicht unbedingt als Lieblingsgerät der Mannschaft

gilt. Doch die im Training hart erarbeiteten Übungen wurden hier (trotz zweier Stürze auf der suboptimalen Landematte) in der Gesamtwertung mit 34,05 Punkten belohnt. Besonders Stefanie überzeugte an diesem Gerät – trotz Sturz - mit 11,95 Punkten. Linda konnte 10,85 erturnen und Ricarda steuerte der Gesamtwertung am Barren nochmal 11,25 Punkte bei.

Als drittes Gerät des Tages ging es für die Hombbrucher Turnerinnen auf den Schwebebalken, auf dem neben vielen sauber geturnten Elementen in individualisierten Übungen leider auch ein paar Stürze beobachtet werden konnten. Linda und Natascha konnten mit je einem Sturz jeweils 10,20 Punkte erturnen, Jasmin kam am Ende ihrer Übung auf 11,10 Punkte und Ricarda konnte dem Punktekonto 11,60 Punkte hinzufügen, sodass eine solide Gesamtwertung von 32,90 Punkten erzielt werden konnte.

Zum krönenden Abschluss des Wettkampftages ging es an den Boden. Hier wurden vier individuelle, auf die Anforderungen der Liga abgestimmte Choreografien präsentiert, die mit überwiegend sauber geturnten Elementen und

Abteilung Turnen

nur wenigen Fehlern überzeugen konnten. Jasmin kam wegen eines Sturzes leider nur auf 9,30 Punkte, Linda holte 11,80 Punkte, Ricarda erzielte 11,95 Punkte und Natascha konnte an ihrem Lieblingsgerät 12,05 Punkte für die Gesamtwertung erturnen. Insgesamt erzielte die Mannschaft am Boden eine Gesamtwertung von 35,80 Punkten und lieferte damit einen gelungenen Tagesabschluss.

Am Ende des Tages kamen die Turnerinnen des TuS Westfalia Hombroch auf einen Gesamtpunktestand von 140,00 Punkten und verfehlten damit nur ganz knapp den Tagessieg. Dennoch war die Freude über Platz 2 groß und der erste Schritt Richtung Aufstieg getan.

Im zweiten Durchgang der Wettkampfsaison 2019 ging es für die Turnerinnen des TUS Westfalia Hombroch Mitte Juni nach Hamm. In leicht geänderter Besetzung ging die Mannschaft mit Jasmin Hohmann, Natascha Oberste, Ricarda Rütjes, Cara Stemski und Linda Walter an den Start. Stefanie van Ophuysen musste leider verletzungsbedingt aussetzen.

Erstes Gerät des Tages war erneut der Sprung. Hier konnten die Hombrocher Turnerinnen ein weiteres Mal mit sauber geturnten Überschlä-

gen überzeugen und wurden mit insgesamt 36,30 Punkten (Jasmin: 10,90 P., Natascha: 11,40 P., Linda 12,40 P. & Ricarda 12,50 P.) belohnt – etwas schwächer als beim ersten Wettkampf, aber dennoch ein super Ergebnis.

Nach dem Sprung stand wieder als nächstes Gerät der Barren auf dem Wettkampfprogramm der Mannschaft. Hier wurde eine Gesamtwertung von 33,75 Punkten erzielt, die sich aus den Einzelwertungen von Linda (11,20 Punkte), Ricarda (11,35 Punkte) und Cara (11,40 Punkte) errechnet. Die Lücke im Punktekonto, die durch den Ausfall von Stefanie befürchtet wurde, konnte also erfolgreich ausgeglichen werden durch den tatkräftigen Einsatz von Cara, die trotz ärgerlichem Sturz bei einem sonst sicheren Element an ihrem Lieblingsgerät das beste Ergebnis der Mannschaft erzielen konnte.

Im Anschluss ging es an den Schwebebalken, an dem vier konzentriert und überwiegend sauber geturnte Übungen gezeigt wurden. Doch leider konnte dieses Gerät auch heute nicht ganz sturzfrei abgeschlossen werden. Mit jeweils einem Sturz kamen Jasmin auf 10,60, Cara auf 10,15 und Ricarda auf 10,30 Punkte. Lediglich Linda konnte ihre Übung sturzfrei präsentieren und wurde dafür mit 12,35 Punkten belohnt. In der Gesamtwertung kamen die Turnerinnen des TWH somit auf 33,25 Punkte, was sogar eine kleine Steigerung zum ersten Wettkampf bedeutet.

Zum Abschluss des Wettkampftages wurde erneut der Boden beturnt. Nach dem Motto „weniger ist mehr“ wurden die Bodenübungen nochmals hinsichtlich der eher geringen akrobatischen Anforderungen der Liga optimiert und mit entsprechenden Punktzahlen belohnt. Jasmin kam auf 10,55 Punkte, Ricarda erzielte 11,35 Punkte, Natascha konnte der Gesamtwertung 11,90 Punkte beitragen und Linda kam auf herausragende 12,85 Punkte. Insgesamt wurden am Boden somit 36,10 Punkte erturnt, was ebenfalls eine kleine Steigerung zum ersten Wettkampf darstellt.



Abteilung Turnen



Am Ende des Tages kam die Mannschaft auf eine Gesamtwertung von 139,60 Punkten und erzielte damit den dritten Platz. Ein gutes Ergebnis, auch wenn die ambitionierte Mannschaft gerne noch mehr erreicht hätte. Eine positive Überraschung folgte dann bei der Verkündung des Zwischenstandes nach zwei von drei Durchgängen der Saison: vorläufige Tabellenführung für den TuS Westfalia Homburch, der sich mit 21 Rangpunkten und 279,40 geturnten Punkten auf Platz 1 der Gauklasse II schieben konnte. Die Kursrichtung Aufstieg in die Gauklasse I konnte also gehalten werden.

Zum letzten Durchgang der Gauklasse II geht es Anfang Juli nach Lippstadt. Dort

soll endgültig der Aufstieg in die Gauklasse I gesichert werden. Motiviert dieses Ziel zu erreichen, trainieren die Turnerinnen des TuS Westfalia Homburch fleißig weiter, perfektionieren ihre Übungen und lernen bereits neue Elemente für die nächste Saison. Natascha Oberste





Campuslauf

TriKids Saison 2019

Campus Lauf am 22.5.2019

Bei diesem Wettkampf ohne Schwimmen und Radfahren zeigten die TriKids, dass sie auch schnell laufen können.

Schon ab dem Jahrgang 2009 mussten die Kinder 2,5km hügelig rund um den Uni-Campus laufen. Gut vorbereitet schafften es alle,

am schnellsten in seiner Altersklasse war Patrick Kühnhold, der den ersten Platz belegte. Im Kids-Run über 600m war Josch Wichmann der schnellste Junge seines Alters und Tilda Pothmann konnte einen zweiten Platz belegen.

Abteilung Triathlon



Swim&Run Hattingen

Traditionell begann die Saison mit dem Swim&Run in Hattingen am 1. Mai, dort konnten die Kinder gleich zeigen, was sie im Winter gelernt haben. Insgesamt 8 Sportler/innen waren am Start, Debütant Josch Wichmann erreichte bei seinem ersten Wettkampf überhaupt gleich den Silberrang, genau so wie Sarah Wiese musste er erst 50m Schwimmen, dann 200m laufen. Jasper Engel hatte schon 400m im Schwimmbecken zu absolvieren und 2500m laufen, er erreichte den 3. Platz.



Teilnehmer Hagen

Triathlon Hagen

Bei dem schönen Triathlon in der Nachbarstadt Hagen am 26.5.2019 gaben Francoise und Stefan Darge ihre Triathlon Premiere, angefeuert von ihren Schützlingen kamen beide ins Ziel und erlebten selbst einmal, was sonst die von ihnen trainierten Kinder machen.

Witten Triathlon

Der Wittener Triathlon auf dem Ostermann Gelände in Annen am 19.5.2019 bot sich speziell für diejenigen an, die noch keinen Triathlon gemacht haben, da er kurze Stecken bietet und räumlich sehr kompakt ist.

Das **Trainingslager in Serkenrode** am Wochenende rund um den 10.Mai war auch dieses Jahr wieder ein voller Erfolg. Obwohl es das erste Mal nicht nur Sonnenschein gab, hatten

Die Kinder konnten sich gegen die Konkurrenz gut behaupten, Lena Koch holte ihren ersten Sieg, knapp hinter ihr auf dem zweiten Platz kam Jule Engel ins Ziel. Colin Agar belegte den Bronze Rang, Jasper Engel holte einen zweiten Platz, genauso wie Erik Eckert.

Und es gab einen äußerst erfreulichen Anblick bei den startenden Mädchen: Luna Rohden (1.), Carolin Simon (2.) und Luisa Hendler (3.) sorgten für ein Podium voll mit TriKids. Glückwunsch an alle drei für diese tolle Leistung. Auch Sarah Wiese war schneller als alle anderen in ihrer Altersklasse.

alle viel Spaß beim Laufen, einem lang ausgedehnten Besuch im Spaßbad mit Schwimmtraining und einer langen Radfahrt am Sonntagmorgen.



Francoise, Stefan kurz vor Start

TUS Westfalia Hombruch – Seniorenriege:
Ausflug 10. Mai 2019 – Ziel: Siegen



Bei unseren Jahresausflügen versuchen wir unsere Heimat näher kennen zu lernen und von den Teilnehmern waren nur wenige, die schon mal in dieser Stadt waren.
Der Besuch mit Stadtführer(in) ist zudem noch etwas anderes als wenn man auf sich allein gestellt etwas besichtigt.

Gastronomie und Vereinsgaststätte **Zum Muskelkater**



- Für Feiern jeglicher Art von 20-80 Personen
- Bundesliga live auf SKY



Pächterin Iris Thiehoff

Kieferstraße 34

44225 Dortmund

Tel. 02 31/79 79 30 84, 0177/6 74 55 67

Unsere Öffnungszeiten:

Di. – Fr. 15.00 Uhr – open end

Sa. – So. 11.00 Uhr – open end

Mo. Ruhetag / Gesellschaften
nach Absprache

Abteilung Senioren



Um 8:00 Uhr begann die Fahrt mit 46 Teilnehmern vom Parkplatz Kieferstr. Neben unseren Riegenmitgliedern beteiligten sich einige der Ehefrauen und Freunde und Bekannte an der Fahrt. Wie geplant erreichten wir Siegen gegen 9:30 Uhr.

Im Oberen Schloss wurden wir von zwei Stadtführerinnen empfangen, die uns mit fachkundigem Wissen die Sehenswürdigkeiten und einiges über die Stadt näherbrachten.

Ursprünglich wurde die Stadt 1085 erwähnt. Von 1224 – 1815 hatte die Stadt nassauische Lehnsherren und damit eine enge Verbindung zu Oranien und somit zu den Niederlanden, bevor sie in preußischen Besitz überging.

Die Führung begann auch sofort im oberen Schloss. Dieses entstand 1224 als Höhenburg und war Stammsitz des Hauses Nassau. Heute beherbergt es das Siegerlandmuseum mit dem Rubenssaal. Der bekannte Maler Rubens war in Siegen geboren. Nach einem Rundgang durch den wunderschönen Schlosspark ging es dann stadtabwärts vorbei an der Nikolaikirche, Rathaus, Stadtkern zum Unteren Schloss. Hier ist Johann Moritz von Nassau-Siegen aufgebahrt.



Vorbei an der Martinskirche kamen wir zur Siegbücke. Die Sieg war an dieser Stelle völlig überbaut. Heute hat man von hier wieder einen freien Blick auf den Fluss.

Nach einem guten Mittagessen im Restaurant „Früh – Spät“ ging es um 14:30 Uhr weiter zum Besucherbergwerk Reinhold Forster Erbstollen. Bei einer Führung in drei Gruppen erfuhren wir über den früheren Erzabbau und über die Arbeitsbedingungen im Erzbergbau. Die Grube wurde 1960 stillgelegt.

Um 17:30 Uhr machten wir uns auf den Heimweg und erreichten Hombruch gegen 19:00 Uhr.



Text : Karl-Heinz Jerghoff, Fotos : Werner Walsheim

Jahreshauptversammlung beim größten Sportverein im Stadtbezirk Hombruch

TuS Westfalia Hombruch 1891 e.V. ehrt Jubilare und wählt Vorstand



Die Jubilare des TuS Westfalia Hombruch mit dem 1. Vorsitzenden Gerd Schlebrowski (vorne 2. v. r.) und dem 2. Vorsitzenden Dietrich Jobstvogt (rechts vorne). (Foto: Peter Otworowski/TuS Westfalia Hombruch)

So sieht Leidenschaft aus. Wenn fast 80 Mitglieder des TuS Westfalia Hombruch bei strahlendem Sonnenschein zur Jahreshauptversammlung kommen, statt die Frühlingstemperaturen im Freien zu genießen. Viele von ihnen halten dem größten Sportverein im Stadtbezirk Hombruch schon seit Jahrzehnten die Treue. Daher standen in der Begegnungsstätte der Arbeiterwohlfahrt an der Tettschener Straße auch die Jubilarehrungen im Vordergrund des Nachmittags. „Es ist eine wunderbare Aufgabe, heute sehr, sehr viele langjährige Mitglieder zu ehren“, freute sich der 1. Vorsitzende Gerd Schlebrowski, der die Ehrungen gemeinsam mit dem 2. Vorsitzenden Dietrich Jobstvogt durchführte.

Erika Hunschede und Hans Günther Dohm sind seit 60 Jahren Mitglied des TuS Westfalia Hombruch. Christiane Herzog, Helga Klocke, Hiltrud Rianas und Medy Schäfer gehören dem Verein seit einem halben Jahrhundert an. Auf 40 Jahre Mitgliedschaft können Ursula Fischer, Senta Wenber, Udo Berns, Peter Rabe und Peter Schnurbusch zurückblicken. Über 25 Jahre im TuS Westfalia Hombruch freuen sich Gudrun Stockheim, Rudolf Hamburger, Erich Lategahn, Holger

Mueller, Jan Pietrowski, Heinz Scheibelhut und Andreas Schramm.

Bei den Vorstandswahlen wurden der 1. Vorsitzende Gerd Schlebrowski, der 2. Vorsitzende Dietrich Jobstvogt, die 1. Kassenwartin Hildegard Jakobi-Schlinge und Sozialwartin Marilies To-Sanguan in ihren Ämtern bestätigt. Zum 2. Kassenwart wurde Heinrich Hoppe-Oehl gewählt. Die Funktion war bisher vakant gewesen. Ein „herzliches Dankeschön für die tolle Mitarbeit“ gab es von Gerd Schlebrowski für Rita Wahle-Voss. Die bisherige Schriftführerin kandidierte nicht erneut und schied damit aus dem Vorstand aus.

„Verwalten, Repräsentieren und Gestalten“, skizzierte Gerd Schlebrowski in seinem Bericht die Arbeitsfelder des ehrenamtlichen Vorstandes. Neben den Finanzen und der Verwaltung der Immobilie an der Kieferstraße 34 sei es wichtig, die Interessen des TuS Westfalia Hombruch in vielen Gremien von der IG Hombruch bis zum Hombruch-Forum zu vertreten und gleichzeitig zukunftsorientiert zu sein, so der Vereinsvorsitzende. „Die LED-Beleuchtung in der Tennishalle und die Sanierung der Duschräume im Vereinszentrum“, nannte er aktuelle Beispiele für die erfolgreiche Leitung des Vereins.

Seit über 45 Jahren

Ihr vertrauter Metallbau-Fachbetrieb in Hombruch!

markisen-metallbau beimdick

- Haustüren
- Fenster
- Rollläden
- Vordächer
- Geländer
- Garagentore
- Rolltore
- Balkone
- Reparatur-Service

www.markisen-beimdick.de



Markisen schützen
nicht nur vor der Sonne, sondern
auch vor mit Sicherheit eine
Regen! 

Kieferstr. 37a • 44225 DO-Hombruch
Tel. (02 31) 71 15 05

Offizielles Anduschen mit Bezirksvertretung, TWH-Vereins- und Tennis-Abteilungsvorstand



Aus bekleidungstechnischen Gründen wurde beim offiziellen Anduschen auf „Wasser marsch!“ verzichtet. Die Freude war trotzdem groß: Vereinsvorsitzender Gerd Schlebrowski (v. r. n. l.), Bezirksbürgermeister Hans Semmler, Reinhold Tolksdorf vom ausführenden Meisterbetrieb, Tennis-Abteilungsleiter Burkhard Voss, Hans-Jürgen Grotjahn aus der BV, der 2. TWH-Vorsitzende Dietrich Jobstvogt, BV-Mitglied Hasan Ilgün und der stellvertretende Bezirksbürgermeister Ulrich Steinmann.

(Foto: Peter Otworowski/TuS Westfalia Hombruch)

Frisch geduscht in die neue Saison mit dem TuS Westfalia Hombruch

Acht bekleidete Herren mittleren Alters in der neuen Damendusche des TuS Westfalia Hombruch (TWH). Was hat das zu bedeuten? Ganz klar: Es kann sich nur um einen offiziellen Anlass handeln. Und tatsächlich gibt es beim größtem Sportverein im Stadtbezirk Hombruch viel zu feiern. Nach fast 30 Jahren Nutzungszeit ist die gesamte Duschanlage mit den Damen- und Herrenduschen des Vereinszentrums an der Kieferstraße 34 komplett modernisiert und auf den neuesten Stand der Technik gebracht worden. Die Bezirksvertretung

(BV) Hombruch unterstützt die Baumaßnahme mit einer großzügigen Summe. Grund genug für das Anduschen, mit dem Bezirksbürgermeister Hans Semmler, dessen Stellvertreter Ulrich Steinmann, BV-Mitglieder, TWH-Vereinsvorstand und der Vorstand der Tennisabteilung die neue Anlage Mitte März nun offiziell in Betrieb nahmen.

„Wenn Vereine im Stadtbezirk, die in hohem Maße Kinder- und Jugendarbeit leisten, mit Wünschen an uns herantreten, ist es für uns nicht nur satzungsgemäße Aufgabe, sondern auch immer

eine große Freude, hier zu unterstützen“, betonte Hans Semmler nach dem offiziellen Akt. Sportförderung sei zudem wichtig, um durch vereinseigene Anlagen die Sportanlagen der Stadt Dortmund zu entlasten, so der Bezirksbürgermeister. „Eine Investition in neue Duschen ist verdammt viel Geld, aber die richtige Hygiene ist wichtig, damit sich Sportler wohlfühlen“, erklärte der stellvertretende Bezirksbürgermeister Ulrich Steinmann.

Gerd Schlebrowski, der 1. Vorsitzende des TWH, bedankte sich bei den Bezirkspolitikern für „den einstimmigen BV-Beschluss“ und ließ die Zeit bis zum Abschluss der Baumaßnahme Revue passieren. „Die Erhaltung und Modernisierung der Immobilie ist Aufgabe des Gesamtvereins, sodass wir viele Gespräche geführt, Ausschreibungen ausgearbeitet und Angebote eingeholt haben“, skizzierte der Vereinsvorsitzende den ehrenamtlichen Arbeitsaufwand für den geschäftsführenden Vorstand. Die alten Duschen seien nicht mehr auf dem neusten Stand gewesen, sodass man die Notwendigkeit erkannt habe, im Sinne der mehr als 1.200 Vereinsmitglieder tätig zu werden. Gerd Schlebrowski besonderer Dank geht dabei an die 1. Kassenwartin Hildegard Jakobi-Schlinge und Sozialwartin Marilies To-Sanguan, die zusammen „die ganze Maßnahme federführend begleitet haben“.

Da die Duschen besonders von den Mitgliedern der Tennisabteilung genutzt werden, ist die Freude dort verständlicherweise ausgesprochen groß. „Die Modernisierung bringt viele praktische Vorteile mit sich, sodass die Beliebtheit unserer bereits jetzt sehr renommierten Anlage in der Dortmunder Tennisszene noch gesteigert werden kann“, freut sich Tennis-Abteilungsleiter Burkhard Voss.

Auf die Sportler warten nun Hightech-Duschen, die es in sich haben. „Dank der Selbstschluss-Armaturen kann Westfalia Hombruch trotz eines enormen Komfortgewinns für die Nutzer deutlich Wasser und Energie sparen“, sagt Reinhold Tolksdorf, dessen ortsansässiger Meisterbetrieb aus Barop die Arbeiten ausgeführt hat. Mit dem Laptop könne man auf die Sekunde genau einstellen, wie lange Wasser nach einem Druck durch den Duschkopf fließt. Hier sind es 35 Sekunden, bevor das nächste Mal gedrückt werden muss. Als Vereinsmitglied und passionierter Sportler weiß der Heizungs- und Sanitär-Fachmann genau, was gewünscht wird. „Die Damen wollten zusätzlich zur Grundausstattung auch Duschköpfe an Schläuchen haben“, nennt er ein Beispiel. Haben sie selbstverständlich bekommen, wie man auf dem Herren-Foto in der Damendusche sehen kann.

TWH-Vereinszentrum auf dem Weg in Richtung Zukunft

- Seit 2013 können Vereinsmitglieder und weitere Tennisinteressierte die Plätze in der Tennis-halle online reservieren: www.twh.ebusy.de
- Seit gut einem Jahr wird die Tennishalle durch energiesparendes und helleres LED-Licht statt der herkömmlichen Leuchtstoffröhren erleuchtet.
- Mit der Modernisierung der Duschanlage ist nun ein weiterer Schritt in Richtung Zukunft getan.
- Weitere Informationen bei: <https://www.westfaliahombruch.de/tennis/>



TuS Westfalia Hombuch freut sich über erneute Spende der Volksbank

Der Leiter der Hombucher Filiale der Dortmunder Volksbank, Wolfgang Koners, übergab am 24. Juni einen Scheck über 1500 Euro an den TuS Westfalia Hombuch. Die Volksbank spendet regelmäßig die Zweckerträge aus ihrem Gewinnsparprogramm an gemeinnützige Vereine und Jugendeinrichtungen. Der Vorstand des TuS Westfalia Hombuch, vertreten durch die 1. und 2. Vorsitzenden Gerd Schlebrowski und Dietrich Jobstvogt und die 1. Kassenwartin Hildegard Jakobi-Schlinge freute sich zusammen mit den „Kleinsten“ über die großzügige Spende. Das Geld wird auf die Abteilungen mit Jugendarbeit aufgeteilt, die damit zusätzliche Anschaffungen für ihren Sportbetrieb tätigen können. Der TuS Westfalia ist in (fast) allen Abteilungen in der Ju-



Foto: Marc D. Wernicke

gendarbeit aktiv, darunter Handball, Tennis, Triathlon, Schwimmen, Turnen, Leichtathletik und Gymnastik.

Nähere Informationen zu allen Sportangeboten findet man im Internet unter:

www.westfaliahombuch.de

Gedenken an Hans Günter Plümer



Hans Günter Plümer mit dem Ehrevorsitzenden Paul Frei im Jahre 2011

Schon über ein halbes Jahr ist es her, dass das Ehrenmitglied Hans Günter Plümer von uns gegangen ist. Dennoch wollen wir nicht versäumen, seiner im „Muskelkater“ zu gedenken.

Hans Günter Plümer war sage und schreibe seit dem Jahr 1945 Mitglied des TuS Westfalia Hombuch. Er wirkte als 2. Vorsitzender und als Leiter der Faustball-Abteilung lange Jahre für den Verein. Noch im Jahre 2015 kam er als 90-jähriger zur Jahreshauptversammlung des TuS Westfalia Hombuch und wurde dort für 70-jährige Mitgliedschaft geehrt.

Hans Günter Plümer verstarb am 27.11.2018 im Alter von 93 Jahren. Wir werden sein Andenken bewahren!

So echt

wie einfach mal
Klartext reden.



BRINKHOFF'S
No. 1

Ein Bier wie sein Revier

Kreismeisterschaften Sommer 2019

Am 15.06.2019 haben elf junge Athleten vom TuS Westfalia Hombruch an den Kreismeisterschaften im Stadion Rote Erde erfolgreich teilgenommen.

Sie haben sich in den Disziplinen Weitsprung, 50/75m Sprint, Ballwurf, 800m Lauf und 4x 50m Staffel mit anderen Teilnehmern von Dortmunder Sportvereinen gemessen. Insgesamt wurden mehrere erste Plätze, u.a. an die Staffel, an unsere Athleten vergeben.

Besonders gute Leistungen hat Hannah Fenske (W8) erzielt. Sie hat sich in allen Disziplinen gegen ihre Konkurrenten durchgesetzt und somit verdient den Pokal als Jahrgangsbeste gewonnen. Auch auf das Siebertreppchen hat es einer unserer Neuzugänge geschafft. Phillip Kùßheuer (M8) wurde dritter in der Disziplin Ballwurf.

Im Großen und Ganzen war es also ein sehr schöner und erfolgreicher Tag für alle Beteiligten.



Phillip Kùßheuer 3. Platz Ballwurf



Hannah Fenske, Lejla Majdanac 1. und 4. Platz Weitsprung



Insa Tamm 3. Platz 800m

Abteilung Leichtathletik



Jona Schulte 3. Platz 50m



Staffel U10 1. Platz



Hannah Fenske (mitte) mit Pokal

Ihr freundlicher und kompetenter Meisterbetrieb in Datteln

- Konzeption und Gestaltung
- Logos und Illustrationen
- Geschäftsdrucksachen
- Anzeigen
- Privatdrucksachen
- Aufkleber
- Flyer
- Broschüren
- Mailings

- Kataloge
- Poster
- Kalender
- Schilder
- Fahrzeugbeschriftungen
- Schaufensterwerbung

Print
Design

Gesellschaft für
Kommunikationsgrafik mbH

Am Sutumer Graben 6a · 45711 Datteln · Tel. 0 23 63 / 56 15 56 · www.printdesign-datteln.de

Tennis-Saisonöffnung und Sommercamps beim TuS Westfalia Hombruch

Kinder- und Jugendförderung im Fokus

Zehn Jugendmannschaften. Und über 100 Kinder und Jugendliche, die regelmäßig trainieren. Darunter auch einige Nichtmitglieder. Das sind Zahlen, die für sich sprechen. Die Nachwuchsförderung ist in der Tennisabteilung des TuS Westfalia Hombruch ein Punkt, der stark im Fokus steht. Und das macht den zukünftigen Steffi Grafs und Boris Beckers sogar richtig Spaß.

Wie zum Beispiel bei der Tennis-Saisonöffnung am letzten Samstag im April. Traditionell läutet Abteilungsleiter Burkhard Voss den Auftakt der Freizeitzeit mit einer kleinen Rede ein. So gab es für die jungen und älteren Tennissfans dieses Mal nicht nur ein sportliches Kinderfest mit Lop-Stop und Rundlauf, sondern auch ein Häppchen Kultur. „Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne“,

zitierte der passionierte Tennisspieler das berühmte Gedicht „Stufen“ von Hermann Hesse. Allerdings hätte das fiese Aprilwetter diesem Anfang fast den Zauber vermagelt. Vorsorglich hatte daher die Tennis-Abteilungsleitung das Fest vom verregneten Aschenplatz in die LED-erleuchtete Tennishalle verlagert. So konnten die Anwesenden mit jugendgerechtem Orangensaft auf einen erfolgreichen Sommer anstoßen und Burkhard Voss resümierte zum Abschluss: „Wenn das Wetter zum Start nicht so gut ist, wird die Saison umso besser werden.“

Höhepunkte der Nachwuchsförderung bei Westfalia Hombruch sind die beliebten Sommercamps. In der ersten (15. - 19. Juli) und letzten (19. - 23. August) Woche der Sommerferien können sich



☎ 02 31 / 46 38 46

Neufuß^{HBM}

BEDACHUNGS KG

Steildach	Energetische Dachsanierung
Flachdach	Dachfenster und Sonnenschutz
Bauklempnerei	Wärmedämmung Dachböden
Balkon- und Terrassensanierung	Photovoltaik / Solarthermie
Fassadenbekleidung	Reparatur-Service

Qualität und Vertrauen seit 1969!
Zillestraße 97-99 · 44265 Dortmund
neufuss-dach@web.de

Abteilung Tennis

Kinder und Jugendliche zwischen sechs und 18 Jahren ausgiebig dem Sport mit dem schnellen Filzball widmen. Die Camps finden auf der großzügigen Tennisanlage an der Kieferstraße 34 statt. „Neben Taktik und der richtigen Technik spielen auch Koordination und Motorik eine große Rolle“, berichtet Sebastian Deutschendorf. Der 2. Tennis-Jugendwart des TuS Westfalia Hombruch leitet die Kurse. Anfänger sind ebenso willkommen wie erfahrene Spieler. Eine Vereinsmitgliedschaft ist nicht notwendig. Beide Tennis-



Mit Saft und Schläger: Die Besucher der Saisonöffnung des TuS Westfalia Hombruch stoßen auf einen erfolgreichen Tennissommer an. (Foto: Peter Otworowski/TuS Westfalia Hombruch)



wir | leben | hombruch

HarkortApotheke



Dr. Stefan Schäfer
Harkortstraße 74
44225 Dortmund

Mo - Fr 8 - 18:30
Sa 8 - 13:00
Telefon 0231. 71 30 25

info@harkort-apotheke-dortmund.de
www.harkort-apotheke-dortmund.de

camps beginnen jeweils montags bis freitags um 10.00 Uhr und enden um 15.00 Uhr. In der einstündigen Mittagspause werden die Teilnehmer betreut. Auf Wunsch können sie eine Mahlzeit in der Vereinsgastronomie „Zum Muskelkater“ einnehmen. Vereinsmitglieder des TuS Westfalia

Hombruch zahlen für eine Woche 100 Euro, Nichtmitglieder 110 Euro. Der Mittagstisch kostet 37,50 Euro. Anmeldungen werden ab sofort von Sebastian Deutschendorf angenommen: E-Mail an Tennis_SebastianDeutschendorf@gmx.de

DUSTMANN.CUP – Bekanntestes Mixed-Turnier

Dortmunds ist ein Treffpunkt der Tennisszene

Zehn Jahre DUSTMANN.CUP. Zehn Jahre Tennisbegeisterung. Zehn Jahre Mixed-Turnier auf der Anlage des TuS Westfalia Hombruch. Was sagen Finalteilnehmerinnen und -teilnehmer des letzten Jahres zum „bekanntesten Mixed-Turnier Dortmunds“, wie es Karsten Schmidt aus der Dortmunder Gartenstadt nennt?

Britta Patt hat ein feines Feeling für Tennis-Turniere. „Wenn es mir nicht gefällt, komme ich einfach nicht wieder“, sagt die begeisterte Tennisspielerin. Beim DUSTMANN.CUP ist das anders. Das Turnier wird auch in Zukunft einen festen Platz in ihrem Tenniskalender haben. 2018 hat sie erstmalig dort aufgeschlagen und gleich mit ihrem Tennispartner in der Altersklasse (AK) Mixed 40 gewonnen. „Das Turnier ist gut organisiert, hat feste Abläufe und Strukturen – und nette Mitspieler“, betont Britta Patt, deren Familie sie regelmäßig zu den Spielen begleitet.

Bereits seit acht Jahren sind Susanne Menne und Günther Claas Stammgäste beim DUSTMANN.CUP. Eine Treue, die sich auszahlt. Einmal konnten sie das Turnier in ihrer Altersklasse gewinnen und dreimal belegten sie den zweiten Platz. Die Paarung macht aus ihrer Teilnahme

ein richtiges Happening. „Wir haben immer viel Anhang dabei und nach jedem Gewinn gibt es eine Runde“, sind sich Susanne Menne und Günther Claas einig. Mit unter 60 und über 70 Jahren haben die beiden ein kleines Altersproblem, das den Spielspaß allerdings nicht nachhaltig beeinträchtigt. Durch das relativ starre System der Altersklassen müssen sie aktuell noch in der AK 50 spielen. Trotzdem gilt für sie: „Wir werden weiterhin mit dabei sein.“

Michael Paul tritt bei relativ vielen Turnieren an – 2018 auch erstmalig beim DUST-MANN.CUP. Der Bochumer, der im letzten Jahr mit seiner Lebenspartnerin den zweiten Platz der AK 40 belegt hat, lobt die „familiäre Atmosphäre“. Bei Mixed-Turnieren gehe es bei aller Fairness immer etwas lockerer zu, so Michael Paul. Für ihn war auch die abschließende Party und das gemeinsame Essen nach der Siegerehrung ein besonderes Erlebnis.

Das kann Karsten Schmidt nur bestätigen. „Ich fühle mich hier pudelwohl“, sagt der letztjährige Sieger der AK 50, den viele Freunde und Bekannte begleiten. Der DUSTMANN.CUP sei ein „Treffpunkt der Tennisszene“, lobt er das Turnier, das 2019 zum elften Mal ausgetragen wird.

Anmeldungen ab sofort möglich

- Der DUSTMANN.CUP 2019 wird vom 27. Juli bis zum 3. August auf der Tennisanlage des TuS Westfalia Hombruch an der Kieferstraße 34 ausgespielt.
- Das Nenngeld beträgt pro Person 20 Euro.
- Anmeldungen für die AKs Mixed 40, Mixed 50 und Mixed 60 sind für alle Spielerinnen und Spieler der Leistungsklassen 8 bis 23 aus Westfalen ab sofort möglich: Im Internet bei mybigpoint.de oder per Mail an mb1904@icloud.com.

Abteilung Tennis



Turnierleiter Michael Burkat (v. l.) mit den DUSTMANN.CUP-Vorjahresfinalisten Günther Claas, Susanne Menne, Karsten Schmidt, Michael Paul und Britta Patt. (Foto: Peter Otworowski/TuS Westfalia Hombruch)

**Hermann
Köhne**



Malermeister

*... seit 1999
in Hombruch*

Dortmund ☎ 02 31 / 97 71 36

*Wir bringen
Farbe
in's Leben!*

-  Graffiti-Entfernung und Schutzsystem
-  Treppenhausrenovierungen
-  Seniorenservice mit aus- und einräumen
-  Renovierung nach Wasserschäden
-  Fassadenbeschichtung

44227 Dortmund (Schnee), Auf dem Schnee 127, Fax 02 31 / 97 71 37

Ein Defibrillator in der Tennishalle unseres Vereinszentrums



Jeder hat es in Fernsehsendungen wie „Emergency Room“ schon gesehen. Ein bewusstloser Patient wird rennend in die Notaufnahme gebracht. „Kein Puls, keine Atmung“, rufen die Schwestern. Souverän erscheint George Clooney und verlangt den „Defi“. Er setzt die Paddels auf dem Brustkorb des Patienten auf, ruft „Achtung Schock“. Der Körper des Patienten zuckt. Kurz darauf ist er wieder wohlauf. Voraussetzung für den Erfolg der Schockbehandlung ist der rechtzeitige Einsatz des Defibrillators.

Zum Unterbrechen von Kammerflimmern und anderen lebensgefährlichen Herzrhythmusstörungen eignen sich Elektroschocks. Sie sorgen im Herzen zunächst einmal für Ruhe, indem sie alle Erregungen unterbrechen. Dadurch hat das Herz die Chance, wieder einen geordneten Herzschlag zu beginnen.

Seit kurzem befindet sich ein Defibrillator (kurz Defi) in der Tennishalle unseres Vereinszentrums. Dieser Defi ist praktisch selbsterklärend und kann von jeder Person ohne medizinische Vorkenntnisse benutzt werden.

Arzt für Allgemeinmedizin/Ärztin

Behandlungsschwerpunkte:

- Hausärztliche Betreuung
- Reisemedizin
- Schlafdiagnostik
- Naturheilkundliche Behandlung
- Schröpfkopfmassage
- Eigenblutbehandlung

Sprechzeiten:

Montag – Freitag

7.30 – 11.00 Uhr und 14.30 – 17.00 Uhr

Mittwoch 7.30 – 11.00 Uhr

Samstag 7.30 – 9.00 Uhr



Dr. med. **Ingo Holten**

Dr. med. **Bärbel Platte-Holten**

Harkortstr. 64 · Ecke Tannenstr.

Barrierefrei · Aufzug 2. Etage

Küsterpassage am Hombrucher Marktplatz

44225 Dortmund-Hombruch

Telefon: 0231 - 71 69 99

Fax: 0231 - 79 000 51

dres.holten@t-online.de



Eine gute Tasse Tee macht den Tag ein bisschen strahlender.

Natürlich geht nicht gleich die Sonne auf, wenn man Tee trinkt, doch er kann uns den Tag angenehmer machen: morgens zum Frühstück vielleicht ein kräftiger Assam oder Grüner Tee zum Wachwerden, mittags zum Essen ein erfrischender Früchtetee, nachmittags zur Tea-Time eventuell ein milder Darjeeling oder Ceylon und abends zur Entspannung ein Kräuter- oder Rotbuschtee. In der warmen Jahreszeit erfrischt uns der Tee als Kaltgetränk, in der kalten und dunklen Jahreszeit wärmt er uns. Wenn man abends durch Kälte, Wind, Regen oder Schnee nach Hause kommt und sich bei einer Tasse heißem Tee aufwärmt, dann zieht ein wohliges Gefühl durch den Körper und man spürt die Entspannung.

Eine gute Tasse Tee ist wie ein kleines Stück vom Glück.

Und das ist nicht nur ein Spruch, denn die Vielseitigkeit des Tees deckt mit seinen Inhaltsstoffen viele Anforderungen des täglichen Bedarfs. Mit ihren Antioxidantien, Vitaminen, Mineralien und Spurenelementen stärken Tee und Kräuter die körpereigenen Abwehrkräfte und unterstützen so den menschlichen Organismus, wenn er mal schwächelt. Und gibt es ein größeres Glück als gesund zu sein?

Uwe B. der hat den Tee

Als unabhängiger Händler können wir bei unseren Großhändlern die jeweils beste Qualität ordern und bieten unseren Kunden daher Teesorten und Kräuter von sehr hoher Güte, denn wir möchten, dass Sie unseren Tee nicht nur trinken, sondern auch genießen. Wir führen ein breit gefächertes Sortiment an Tee und Kräutern sowie eine große Auswahl an Zubehör rund um das Thema Tee.

Wenn wir Sie neugierig gemacht haben und Sie mehr über Tee und seine Kultur erfahren möchten, dann besuchen Sie uns in unserem Geschäft im Herzen von Dortmund-Hombruch oder virtuell auf unserer Homepage. Wir freuen uns auf Sie!

Uwes Teemarkt

Uwe Brandt --- Harkortstr. 81 --- 44225 Dortmund --- Tel.: 0231-9766813
www.tee-uwe.de --- info@tee-uwe.de



Saisonrückblick der Handballerinnen

Moin liebe Handballfreunde, beflügelt von einem guten dritten Platz in der Saison 17/18 starteten wir mit hoch gestecktem Ziel in die vergangene Saison 18/19.

Der Wunsch von allen: Aufstieg in die Bezirksliga. Jedoch gestaltete sich die Saison nicht ganz nach unseren Vorstellungen und schnell wurde uns klar, dass es so einfach nicht werden würde. Auf den Boden der Tatsachen heruntergeholt gab es ein neues Ziel: „Wir möchten eine gute Position in der Tabelle erreichen und uns als Mannschaft beweisen.“

Allgemein verlief die Saison für die gesamte Liga ziemlich verrückt! Besonders am letzten Spieltag wurde es für alle noch einmal spannend. Von Platz drei bis Platz acht war für uns noch alles möglich. Und so kam es, dass wir im letzten Spiel einer durchwachsenen Saison

durch den Sieg im Derby gegen den TuS Wellinghofen den vierten Platz belegten. Eine Platzierung mit der wir allemal zufrieden sind und auf der wir in der kommenden Saison aufbauen werden.

Am Ende der Saison hieß es dann noch Abschied nehmen von unserem Trainer Marc Laurisch. Er hat uns tapfer und vor allem motivierend durch die Höhen und Tiefen der Saison begleitet. An dieser Stelle nochmal ein großes DANKESCHÖN! Lieber Marc, du hast den Hühnerhaufen super zusammengehalten.

Gleichzeitig begrüßten wir unseren neuen Trainer Jörg „Wolle“ Wolschke, der sich für die nächste Saison einiges mit uns vorgenommen hat. Wir freuen uns, dass er sich bereit erklärt hat diese Aufgabe zu übernehmen und hoffen gemeinsam unsere gesetzten Ziele zu erreichen. Willkommen in Hombroich!

Abteilung Handball

Zuletzt wollen wir uns noch bei unserem Coach Thomas Weber bedanken. Er bringt immer Stimmung ins Team und ist in allen Bereichen sehr engagiert. Danke, dass du uns weiterhin so tatkräftig unterstützt.

Auch allen anderen Mannschaften wünschen wir eine erfolgreiche Saison,

Eure Damen



Gymnastikabteilung des TuS Westfalia Hombruch begrüßt neue Übungsleiterin

Claudia bringt frischen Schwung in die Gruppe

Claudia Lünz ist eine Powerfrau. Mehr als 30 Jahre ihres jungen Lebens ist die Bochumerin Übungsleiterin für Breitensport. Seit sechs Jahren verfügt sie über eine Ausbildung zur Reha-Trainerin. Außerdem ist sie Entspannungstrainerin. Zur Freude des TuS Westfalia Hombruch (TWH) lenkt sie jetzt jeden Mittwochabend ihr Auto in den Dortmunder Süden. Präzise zur Sporthalle der Langeloh-Grundschule in Löttringhausen. Dort hat sie viel frischen Schwung in die TWH-Gymnastikgruppe gebracht. Unter anderem steht die bisher reine Frauentruppe nun auch allen interessierten Männern offen. Das kommt gut an. Zum Beispiel bei Gertrud Husmann-Budeus. Die Hombrucherin ist schon lange

Teilnehmerin der Gruppe und freut sich darüber, dass sie jetzt gemeinsam mit ihrem Mann nach Löttringhausen fahren und dort Sport machen kann. Von dem Programm, das Claudia Lünz bietet, ist die sportliche Seniorin ganz begeistert. „Seit sie bei uns ist, haben wir nicht zweimal dasselbe gemacht. Unsere Übungsleiterin verfügt über ein sehr breit gefächertes Repertoire“, betont Gertrud Husmann-Budeus.

„Wir starten immer mit einem unterschiedlichen Aufwärmtraining“, berichtet Claudia Lünz. Das reicht vom einfachen Warmlaufen über Aerobic bis hin zu verschiedenen Spielen. Muskelauftauning steht während der einstündigen Einheiten



REINHOLD TOLKSDORF
Sanitäre Installationen und Heizungsbau

Tel. 0231 - 8631730

Abteilung Gymnastik



Claudia Lünz (vorne Mitte) bei einer Übung mit einem Teil der Löttringhauser TWH-Gymnastikgruppe.
(Foto: Peter Otworowski/TuS Westfalia Hombruch)

ebenso auf dem Programm wie Mobilisation und Muskelkräftigung zur Steigerung der Beweglichkeit. „Selbstverständlich gibt es auch gymnasti-

sche Übungen mit Kleingeräten wie Therabändern, Swing-Sticks, kleinen Handteln oder Pilates-Bällen“, erläutert die erfahrene Übungsleiterin.

Sehr zufrieden mit der neuen Konstellation ist TWH-Abteilungsleiterin Ulrike Behrendt. „Claudia Lünz zeigt, wie viel Potenzial in der Gymnastik steckt“, freut sich die engagierte Ehrenamtliche. Im Gegensatz zu dem etwas angestaubten Image, so Ulrike Behrendt, sei diese

Sportart genau das Richtige für viele Zielgruppen.

„Mit Gymnastik fit und beweglich bleiben, dabei Spaß, Entspannung und Geselligkeit erleben, entdecken immer mehr Menschen als Ausgleich zum Alltag“,



KÜCHE & WOHNEN

DIRKES



Dirkes e.K. Küche & Wohnen

Deutsch-Luxemburger-Str. 37 • 44225 Dortmund

Tel.: 02 31-71 24 24 • Fax: 02 31-79 14 05

www.moebel-dirkes.de • info@moebel-dirkes.de

Abteilung Gymnastik

betont die Abteilungsleiterin. „Bei uns fühlen sich Anfänger genauso wohl wie Wiedereinsteiger oder ehemalige Leistungssportler.“ Ulrike Behrendt sieht in der Gymnastikgruppe ein hochattraktives Angebot für Löttringhausen und den gesamten Stadtbezirk. Die Gymnastik-Abteilung sucht für einige ihrer Vereinsangebote eine(n) neue(n) Übungsleiter(in). In Frage kommen z.B. Termine mittwochs

vormittags und mittwochs abends. Gewünscht ist Freude an der Arbeit mit (nicht mehr ganz jungen) Erwachsenen, Voraussetzung ist ein Übungsleiter-C-Schein, der aber mit Vereinsempfehlung beim Stadtsportbund auch noch erworben werden kann. Bei Interesse bitte wenden an Ulrike Behrendt: Tel. 0231 - 71 30 43 oder Mail an gymnastik@westfaliahombruch.de

Jeden Mittwochabend in Löttringhausen

- Die Gruppe von Claudia Lünz trifft sich jeden Mittwoch von 20.00 bis 21.00 Uhr in der Sporthalle der Langeloh-Grundschule an der Löttringhauser Straße 237.
- Frauen und Männer aller Altersgruppen, die mitmachen wollen, können gerne zum Schnuppertraining kommen.
- Weitere Informationen bei Abteilungsleiterin Ulrike Behrendt unter Telefon 0231/ 71 30 43 (AB vorhanden) oder per Mail an gymnastik@westfaliahombruch.de

Vereinsmitteilungen



Wichtige Termine 2019

- Tennis:** Dustmann.Cup 2019: 27. Juli bis 3. August 2019 auf der Tennisanlage des TuS Westfalia Hombruch, Kieferstr. 34
- Handball:** Kronen-Cup: 10.-11. August 2019 Sporthalle am Hombruchsfield
- Tag der Vereine:** Wie immer am letzten Tag des Hombrucher Straßenfestes, dieses Mal am 1. September 2019

Impressum

„Der Muskelkater“

Herausgeber: TuS Westfalia Hombruch 1891 e.V.
Kieferstraße 34, 44225 Dortmund
E-Mail-Adresse: vorstand@westfaliahombruch.de

Verantwortlich für die Redaktion:

Dietrich Jobstvogt 0231/4 76 12 79

Info:

Verantwortlich für die einzelnen Beiträge sind die unterzeichnenden Autoren und Abteilungen.

Fotos:

Peter Otworowski, Abteilungen des TWH

Anzeigen-Preisliste:

- 1/3 Seite: 80,00 € zzgl. MwSt.
1/2 Seite: 90,00 € zzgl. MwSt.
3/4 Seite: 110,00 € zzgl. MwSt.
1/1 Seite im Innenteil: 130,00 € zzgl. MwSt.
1/1 Seite Rückseite/Umschlag: 140,00 € zzgl. MwSt.

Bankverbindung des TuS Westfalia Hombruch:

Sparkasse Dortmund
Konto-Nr.: 091 005 999
BLZ 440 501 99
IBAN: DE33 4405 0199 0091 0059 99
BIC: DORTDE33XXX

Druck:

PrintDesign
Gesellschaft für Kommunikationsgrafik mbH
Am Sutumer Graben 6a, 45711 Datteln,
Telefon 0 23 63 / 56 15 56
www.printdesign-datteln.de

PROFILIGA FÜR IHRE AUGEN.



WIR BIETEN IHNEN:

„Brille to go“

Kontaktlinsenabteilung

Sportbrillenabteilung

Namenhafte Markenbrillen

Brillen- und Kontaktlinsenfinanzierung

Kinderbrillen von HARIBO

Modernste Computer- und Messtechniken

MIT OPTIK WINHOLD SEHEN SIE WEITER!



Harkortstraße 36

44225 Dortmund

Tel.: 0231.77 23 74

www.optik-winhold.de

Öffnungszeiten: Mo–Mi 9.00–18.30 Uhr

Do 9.00–20.00 Uhr

Fr 9.00–18.30 Uhr

Sa 9.00–15.00 Uhr



Besuchen
Sie uns auf
Facebook!

facebook.com/optikwinhold



Über Geld sprechen ist einfach.



Weil die Sparkasse nah ist
und auf Geldfragen die
richtigen Antworten hat.

[sparkasse-dortmund.de](https://www.sparkasse-dortmund.de)



Wenn's um Geld geht

Sparkasse
Dortmund