



Aktuelles aus den Abteilungen:

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



Viele Aktivitäten nach der Corona-Zwangspause...



...beim TuS Westfalia Hombruch 1891 e.V.

DER MUSKELKATER

Vereinsmitteilungen des TuS Westfalia Hombruch e.V.

Grüßwort des Vorstands

Liebe Mitglieder und Freunde des TuS Westfalia Hombuch!

Nach langer coronabedingter Zwangspause liegt eine neue Ausgabe des „Muskelkater“ vor euch. Nachdem im Jahr 2020 über lange Zeit viele Sportaktivitäten weitgehend eingestellt werden mussten, haben nun in diesem Jahr alle Abteilungen des TuS Westfalia Hombuch in unterschiedlichem Umfang ihre Sportangebote wieder aufgenommen. Die vorliegende Ausgabe des „Muskelkater“ dokumentiert nur einen Teil der vielen sportlichen Events der vergangenen Monate. Bei der Auswahl der Berichte ist ein Schwerpunkt auf die Kinder und Jugendlichen gelegt worden.

Die Gesamtsituation unseres Vereins nach der langen Zeit der Pandemie kann als stabil bezeichnet werden. Die meisten Mitglieder haben dem Verein die Treue gehalten, so dass die Mitgliederzahl nur geringfügig gesunken ist. Auch das finanzielle Fundament ist weiterhin solide, auch bedingt dadurch, dass der Vorstand bei vielen notwendigen Investitionen im Vereinszentrum sich erfolgreich um Unterstützung bei der Stadt Dortmund, bei der Bezirksvertretung und bei anderen Institutionen bemüht hat.

Nun ist die Pandemie allem Anschein nach noch lange nicht vorbei. Zur Zeit sind alle sportlichen Aktivitäten wieder auf einem (fast) normalen Niveau. Es ist zu hoffen, dass es dabei bleibt und wir in den kommenden Monaten unser normales Sportlerleben wieder zurückbekommen können.

**Der geschäftsführende Vorstand
des TuS Westfalia Hombuch 1891 e.V.**



**Löwen-Apotheke
am Markt**
Dortmund-Hombuch



Harkortstraße 51 a
44225 Dortmund
(Hombuch)

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
Schriftführer 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
Jedemänner	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

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: Petra Gräfinghoff und Peter Markweg, Telefon: 02 31 / 71 48 33



Momentaufnahme der 1. Handball-Mannschaft

Hallo liebe Leserinnen und Leser!

Der Sport hat es bestimmt nicht leichter als andere Lebensbereiche während der Corona-Pandemie. Im Sommer 2020, als wir Hallensportler wieder beginnen konnten, uns in Sporträumen zu treffen und zu bewegen, lag eine durch Hallenrenovierung empfindlich gestörte Sommer Vorbereitung vor uns.

Tatsächlich wurde die Verbandsligasaison Anfang Oktober begonnen, jedoch nach 2 Spieldagen im Handballverband Westfalen bereits wieder abgebrochen und auch nicht wiederaufgenommen.

Die zwischenmenschlichen Begegnungen in dieser Phase und ein gewisser Reifungsprozess, insbesondere lebhafte Teammitglieder führte über den Lockdown zu der Erkenntnis, dass einige langjährige Wegbegleiter unseres Teams sich in der 2. Mannschaft auf Landesliganiveau weiter engagieren.

Vor diesem Hintergrund wurde ein erheblicher personeller Umbruch eingeläutet, der in den kommenden Jahren bestimmt unumgänglich gewesen wäre, nun jedoch mit ziemlicher Dynamik die 1. Handball-Mannschaft unseres Vereins antreibt.

Handball Herren

Interessant, dass am 4. Spieltag der älteste Spieler von Hombuch „erst“ 26 Jahre alt war. Das lässt hoffen und macht Mut für das kommende Spieljahr.

Eines vorab, die Stimmung ist gut und das Team agiert über weite Strecken harmonisch. Leider sind auch wir von einigen Verletzungen und Blessuren nicht verschont geblieben, zum Beispiel mit einem Bruch des kleinen Fingers, der zweimal operiert werden musste. An dieser Stelle toitoitoi für alle Aktiven im weiteren Saisonverlauf und Sportlerleben!

Das junge Team mit einem Durchschnittsalter von unter 23 Jahren wusste in der Sommervorbereitung in diesem Jahr oftmals zu gefallen, auch wenn es durch Urlaube manchmal mit reduzierter Kaderstärke angetreten war. Das mag sich nun als Vorteil erweisen, wenn oben erwähnte Verletzungen aufgefangen werden müs-

sen, stellt uns diese Situation nicht vor unlösbare Aufgaben und Probleme.

Bisher wurden 7 Meisterschaftsspiele in der Verbandsligastaffel 3 absolviert. Mit durchwachsenem Erfolg steht die 1. Mannschaft mit 4 Siegen und 3 Niederlagen im Mittelfeld der Tabelle. Zwei der drei Niederlagen handelte sich unsere Mannschaft gegen die beiden zu diesem Zeitpunkt noch verlustpunktfreien Tabellenführer aus Hattingen und Villigst-Ergste ein. Zwei der Niederlagen fielen außerdem denkbar knapp aus, einmal mit einem Tor (28:29) und einmal mit 2 Toren (19:21) Unterschied. Zuversichtlich sind alle Teammitglieder, dass der TuS Westfalia Hombuch nicht unter den 5 Absteigern in einer Landesligastaffel rangieren wird, obwohl nur 13 Mannschaften in unserer Liga spielen.

Vor diesem Hintergrund ist das Trainerteam um Jörn Uhrmeister und Patrick Hoffmann nun in



Handball Herren



Gespräche eingestiegen, um den Kader für die kommende Saison abzufragen und für unseren Verein Zusagen einzuholen. Gespannt schauen wir daher auf die kommenden Begegnungen und das kommende Jahr.

**Mit sportlichem Gruß
ihre und eure 1. Mannschaft**





1. und 2. Handball-Damen - Keine halben Sachen!

Unser Kader hatte eine Größe angenommen, die es bedingte, dass immer mal wieder Spielerinnen aussetzen mussten. Also entschlossen wir uns zu einem Cut. Wir machten aus Eins Zwei, wollten aber unbedingt Eins bleiben. Das Motto #ZweiMannschaftenEinTeam war auserkoren uns zu begleiten.

Für die erste Garnitur wurde #MissionAufstieg ausgelobt, der Aufstieg in die Bezirksliga sollte her. Daher wurden alle Kräfte für die Erste konsolidiert. Die Reserve sollte neu in der Kreisklasse beginnen und ebenfalls oben mitmischen, auch hier sollte ordentlich Fahrt aufgenommen werden, um den Anschluss an die Erste zu halten.

Frohen Mutes starteten wir und dann... Corona. Abbruch, Pause, Hallen zu, kein Mannschaftstraining. Wir überbrückten die Zeit mit Video-Konferenz-Heim-Training und individuel-

len Laufeinheiten mit Teamaufgaben. Zusätzlich nahmen wir als Team an der #trotzdemSport-Challenge des Landessportbundes teil und erreichten knapp 1,5 Mio. Punkte und damit Platz 24 von 239 teilnehmenden Teams.

Als wir dann endlich wieder mit unserem Sportgerät in die Hallen durften, blieben wir daher von Ausfällen verschont, auch konditionell waren wir noch gut aufgestellt. Also ran ans Werk, Training und Testspiele en masse, da auch andere Mannschaften Bock hatten. Die Posse mit den (aus Gründen) gesperrten Hallen als Stolpersteine lächelten wir irgendwann einfach nur noch weg.

Und dann ging es endlich wieder los. Dachten wir. Erst einmal ging der Verlegungs-Reigen los. Teils weil der Gegner es wünschte, teils wegen der oben angesprochenen gesperrten Hallen. Das betraf beide Teams. Das erste Spiel bestritt

Handball Damen



somit die 1.Damen mit vollem Kader und voller Motivation und Tatendrang, allerdings auch mit einer gehörigen Portion Nervosität. Nach der ersten Halbzeit und wechselnden Führungen ging es ausgeglichen in die Halbzeit. In der zweiten Halbzeit wurde das nervöse Hemdchen in der Kabine gelassen und wir gewannen letztlich klar mit 30:24.

Die 2.Damen mit systembedingt dünnem Kader bestritt das erste Spiel motiviert, musste aber eine knappe Niederlage hinnehmen. Die Erste ging mit Selbstvertrauen in die folgenden Partien und sammelte die nächsten Punkte für das angestrebte Ziel.

Das zweite Spiel 2.Damen wurde zum Motivationsbooster, wir fighteten uns in die Partie, spielten uns in einen Rausch und gewannen die Partie mit acht Toren Differenz. Ausgeglichenes Punktekonto, positives Torverhältnis. Wir gewannen, wie es so schön heißt ‚über die Abwehr‘.

In der dritten Partie knüpften wir an unsere herausragende Abwehrleistung an und bezwangen unsere Gegnerinnen ebenfalls mit viel Schweiß und Engagement.

Unsere Erste hatte derweil durch verlegte Partien und englische Wochen 2 „Vier-Punkte-spiele“ vor der Nase. Mit dem Selbstvertrauen der weißen Weste wurden die Spiele gewonnen. Knapp, aber gewonnen. Zuschauenden wurde Einiges geboten, Handball-Krimifans kamen auf ihre Kosten. Das jüngste vermeintlich leichteste Spiel wurde zu Beginn etwas zu sehr auf die leichte Schulter genommen, am Ende dann aber doch gewonnen.

Nach den ersten Spielen und gelungenem Saisonauftakt für beide Mannschaften können wir festhalten: Wir haben uns geteilt machen aber trotzdem keine halben Sachen.

Eure 1. und 2. Damen

Jahreshauptversammlung beim TuS Westfalia Hombruch

Im vergangenen Jahr war es coronabedingt nicht möglich, dass die Jahreshauptversammlung fristgerecht stattfinden konnte. In diesem Oktober nahm der Traditionsverein TuS Westfalia Hombruch e.V. einen neuen Anlauf. Mit einem gut organisierten und umgesetzten Coronakonzept fand die Jahreshauptversammlung am 24. Oktober 2021 in der AWO-Begegnungsstätte Tetschener Straße 2-4 in Hombruch statt.

Nach der Begrüßung der Mitglieder und dem einen und anderen Wort über die Auswirkungen des Coronathemas wurden zunächst die Jubilare durch den Vorsitzenden Gerd Schlebrowski geehrt. Für 25jährige Mitgliedschaft wurden Bärbel Lorenz, Manfred Marscheider und Horst Bley ausgezeichnet. Marianne Zimmermann, Kai Michel Kuss, Günter Nakken, Christa Pellariu-Pott hast und Manfred Lemke sind seit 40 Jahren im Verein aktiv. Für die 50jährige Mitgliedschaft erhielten Hannelore Nakken, Isolde Braun, Hans Büchner und Elke Frei die Ehrennadel des Vereins.

Anschließend wurde der Bericht des Vorstandes vor den Mitgliedern des Vereins abgegeben. Gerd Schlebrowski berichtete über anstehende Renovierungen an der vereinseigenen Immobilie und legte das Augenmerk auf verschiedene zukunftssträchtige Investitionen. Auch die Verwaltungsaufgaben im Verein und finanzielle Fragen wurden vorgetragen. Der Vorstand konnte dar-



legen, dass der Verein gut aufgestellt ist. Trotz Corona!

Die Mitglieder wählten dann im Verlauf der Jahreshauptversammlung den Vorstand neu. Dieser setzt sich ohne personelle Veränderungen wieder aus Gerd Schlebrowski, Dietrich Jobstvogt, Hildegard Jakobi-Schlinge, Heinrich Hoppe-Oehl und Marilies To-Sanguan zusammen.

(aus: Südwestzeitung 10/2021)



Glücksmomente und Erfolgsgeschichten bei den Kreismeisterschaften 2021

Am 28.08.2021 ging es nach langem Warten zu dem ersten Wettkampf für unsere Kinder und Jugendlichen der Leichtathletik: Die Dortmunder Kreismeisterschaften. Bei dieser Veranstaltung werden die besten Athletinnen und Athleten der Stadt mit Urkunden und dem besonderen Kreismeister-Abzeichen gekürt.

Mit am Start für den TuS Westfalia Homburch waren Insa Maren Tamm, Hannah Fenske, Emma Zerres, Linus Leiste, Dominik Adamitzki, Tiago Tischler Rodrigues, Julian Martens, Lasse und Tim Burckhardt sowie die Trainerinnen Svea Andersen, Hendrike Frei, Karin und Frauke Steinhäuser. Auf der Zuschauertribüne standen zusätzlich viele motivierende, unterstützende und hilfskräftige Anfeuernde!

Bei allen möglichen Wetterlagen von strahlendem Sonnenschein bis Platzregen wurden jeweils drei der Disziplinen Sprint, Ballwurf, Weitsprung sowie 800m absolviert.

Über die 50m bei den U10ern sowie 75m bei den U14ern konnten sich gleich drei Homburcher Kinder über einen Podiumsplatz freuen. Hannah Fenske und Tim Burckhardt sind mit neuen Bestleistungen auf den ersten Platz gesprintet, Linus Leiste belegte ebenfalls mit einer Bestleistung den zweiten Platz!

Auch im Weitsprung erzielten die Kinder zahlreiche Bestleistungen und Urkunden, so konnte sich auch hier Hannah Fenske mit starken 3,93m über einen weiteren Kreismeistertitel freuen, Dominik Adamitzki sprang mit nur einen Zentimeter weniger auf den dritten Platz seiner Altersklasse! Tim Burckhardt ergatterte sich mit Punkt drei Metern den zweiten Platz der M9.

Beim Ballwurf waren vor allem die Leistungen von Lasse Burckhardt herausragend. Mit voller

Konzentration und viel Kraft konnte er sich mit 26,5m über den zweiten Platz freuen.

Der krönende Abschluss der Kreismeisterschaften waren die 800m-Läufe. Hier zeigten unsere Sportlerinnen und Sportler, dass sich das Mittelstreckentraining sowas von gelohnt hat: So konnten sich Emma Zerres, Hannah Fenske sowie Linus Leiste über einen fantastischen ersten Platz und sensationelle Steigerungen der Bestleistungen freuen. Julian Martens und Insa Maren Tamm konnten jeweils mit starken neuen Bestzeiten den zweiten Platz der jeweiligen Altersklassen für sich gewinnen, Tiago Tischler Rodrigues lief mit einem Endspurt als fünfter über die Ziellinie!





Nach diesem Tag voller Emotionen und sportlichen Superleistungen können wir nichts anderes sagen, als: Wir sind verdammt stolz auf euch, unsere Athletinnen und Athleten, auf eure Selbstdisziplin, den Ehrgeiz, die gegenseitige Unterstützung, das super Teamgefühl trotz Ein-

zelkämpfen und euren Spaß am Sport, der uns in diesen schwierigen Zeiten die nötige Energie zum Weitermachen gegeben hat!

Im Namen aller Trainer*innen,
Frauke Steinhäuser



Apotheken Dr. Schäfer

Dortmund Sölde,
Hombbruch, Wellinghofen

Mit Herz dabei.

- Persönliche Beratung
- Vorbestellung per App
- Lieferservice
- Payback
- Bargeldlose Zahlung
- mit EC-/Kreditkarte

MerkurApotheke Dortmund Sölde

Jasminstraße 5
44289 Dortmund
Telefon: 0231 – 400 844

Öffnungszeiten
Mo – Fr 8:00 – 13:00 & 15:00 – 18:30
Mi Nachmittag geschlossen
Sa 8:00 – 13:00

merkur-apotheke-dortmund.de

HarkortApotheke Dortmund Hombbruch

Harkortstraße 74
44225 Dortmund
Telefon: 0231 – 71 30 25

Öffnungszeiten
Mo – Fr 8:00 – 18:30
Sa 8:00 – 13:00

harkort-apotheke-dortmund.de

MarktApotheke Dortmund Wellinghofen

Preinstraße 69
44265 Dortmund
Telefon: 0231 – 46 47 86

Öffnungszeiten
Mo – Fr 8:00 – 13:00 & 15:00 – 18:30
Sa 8:30 – 13:00

marktapotheke-wellinghofen.de



Antonia Skoruppa (li.) und Lara Kernich (re.) auf Erkundungstour in der Wettkampfstadt Minden

Erfolgreiche Sommersaison der U16- und U18-Talente

Endlich ist es wieder soweit und unsere U18-Athletinnen Antonia Skoruppa und Patrizia Dorweiler sowie unser U16-Talent Lara Kernich sind wieder in die aktuelle Wettkampfsaison eingestiegen.

Antonia Skoruppa hat sich in diesem Saisonauftakt vor allem auf die 400m sowie 400m Hürden konzentriert. Während sie bei ihrem ersten Wettkampf, dem Dortmunder Sparkassen Jump 'n Run-Meeting (12.06.2021), über die Hürden 74,87 Sek. benötigte, lief sie eine Woche später in Sonsbeck (19.06.2021) eine Zeit von 72,87 Sek. und verbesserte sich somit direkt um zwei Sekunden. In Minden lief die Langsprinterin eine weitere Woche später (26.06.2021) die 400m ohne Hürden. Hier konnte sie ihre vorherige Bestleistung um ca. drei Sekunden steigern, überlief die Ziellinie in 64,95 Sek. und verpasste dabei knapp die Bronze-Medaille.

Über eine Medaille in Minden freuen konnte sich dahingegen Lara Kernich. Mit einer Zeit

von 11:28,81 Min. lief die Hombrocher Athletin erstmalig bei einem Wettkampf die drei Kilometer und kämpfte sich damit auf den Silberrang. Ungefähr 100 Kilometer davon entfernt absolvierte Patrizia Dorweiler am 25.06.2021 in Ibbenbüren ihren ersten Wettkampf in diesem Sommer. Sie sprang in ihrem vierten Versuch 4,57m weit und ergatterte damit ebenso eine neue Bestleistung im Weitsprung.

Während die einen entspannt in die Sommerferien gestartet sind, liefen unsere Athletinnen Antonia Skoruppa und Lara Kernich am 04.07.2021 Bestleistungen in Bielefeld! Mit ca. 20 Sekunden Vorsprung lief unsere Lara nach 5km als erste in ihrem Lauf über die Ziellinie. In einer brillanten Zeit von 19:45,90 Min. konnte die U16-Athletin den Goldrang für sich gewinnen. Knapp 1 ½ Monate später bestätigte Lara Kernich ihre Bestzeit über die 5km bei dem Dortmunder „DO IT FAST“-Lauf auf dem Phönix West-Gelände. Mit mehr als zwei

Abteilung Leichtathletik



Minuten Vorsprung lief sie in einer Zeit von 19:45 Min. über die Ziellinie. Auch unsere U18-Läuferin Antonia konnte dabei erneut eine Steigerung ihrer zuvor aufgestellten Bestleistung über die 400m Hürden erzielen. Mit 72,54 Sek. wird die Dortmunderin immer routinierter in ihrer neuen Disziplin und kämpft sich ran an die (unter) 70 Sekunden-Marke.

Auch am 16.07.2021 starteten Antonia Skoruppa und Lara Kernich in ihren Laufdisziplinen in Dortmund. Lara Kernich konnte hierbei eine neue Bestzeit über die 3.000m erzielen. Sie lief in einer Zeit von 10:58,87 über die Ziellinie.

Antonia Skoruppa konnte sich an diesem Freitag ebenso über eine weitere gesteigerte Zeit über die 400m Hürden freuen. Ihre neue Bestzeit liegt nun bei 71,83 Sekunden.

☎ 02 31 / 46 38 46

Neufuß GMBH

BEDACHUNGS KG

Steildach
Flachdach
Bauklempnerei
Balkon- und Terrassensanierung
Fassadenbekleidung

Energetische Dachsanierung
Dachfenster und Sonnenschutz
Wärmedämmung Dachböden
Photovoltaik / Solarthermie
Reparatur-Service

Qualität und Vertrauen seit 1969!

Zillestraße 97-99 · 44265 Dortmund
neufuss-dach@web.de





Vereinsmeisterschaften und Benefizturnier 2021

Auch 2021 veranstaltete die Tennisabteilung des TuS Westfalia Hombruch ihre Vereinsmeisterschaften. In der Altersklasse U10 gemischt waren die Platzierungen: 1. Lasse Holtkötter, 2. Giovanni Brunetti, 3. Theresa Vieweg.

In der AK U12 gemischt konnte sich Nele Holtkötter vor Tommy Bürhaus und Theo Grütter durchsetzen. Bei den Mädchen in der AK 15/18 eroberte sich Lili Hahnel den ersten Platz, gefolgt von Lina Leis und Johanna Vieweg. Ben Freedman sicherte sich den obersten Podestplatz in der Altersklasse U15/18 der männlichen Jugend, gefolgt von Ben Thelen und Lennart Lang.

Bei den Erwachsenen wurde die Vereinsmeisterschaft als Mixed ausgetragen, wobei die Paarungen ausgelost wurden. Hierbei konnten sich Melitta Tolkstdorf mit Jörg Holtkötter gegen das Damen-

doppel Christine Mark / Marilies To-Sanguan knapp durchsetzen. Da nicht genügend Männer für den Wettbewerb zur Verfügung standen, waren auch einige reine Damendoppel mit von der Partie. Zufrieden zeigte sich Abteilungsvorsitzender Burkhard Voss mit der Beteiligung und hofft, dass im nächsten Jahr wieder alles normal läuft.

Am 2.10. wurde außerdem das Familienbenefizturnier ausgetragen. In der Konkurrenz bis 13 Jahren sicherte sich die Familie Leis den obersten Treppchenplatz vor der Familie Erbe. In der Altersklasse über 13 bis 18 Jahren gewann Familie Uyan den ersten Platz vor der Familie Lang. Der Erlös des Benefizturniers kam zu 100% dem Atelier inklusiv in der Kieferstraße in Dortmund-Hombruch zugute. Das Foto zeigt alle geehrten Vereinsmeister und Sieger des Benefizturniers.

Aufstieg der „Herren50“ in die Bezirksklasse

Die Herren 50 des TuS Westfalia Hombruch sicherten sich Platz 1 in ihrer Gruppe und machten so den Aufstieg von der Kreisliga in die Bezirksklasse bereits im ersten Jahr bei den 50ern perfekt.

Gewonnen wurde gegen TV Neubeckum mit 5:4, gegen SuS Oberaden sowie gegen TG Gahmen mit 8:1. Gegen die Mannschaft vom TC Bergkamen-Weddinghofen 2 gab es zwar eine knappe 5:4 Niederlage, aber am Ende der Sai-

son war die Matchbilanz von 25:11 geringfügig besser als die der zweitplatzierten Mannschaft aus Weddinghofen mit 23:13.

So überzeugte vor allem die mannschaftliche Geschlossenheit der Hombrucher.

Am Aufstieg beteiligt waren folgende Spieler: Frank Hampel, Thomas Kaiser, Michael Borneemann, Jörg Schrage, Ralph Deutsch, Ludger Willeke, Frank Gerber und Thomas Schumacher.

Abteilung Tennis



REINHOLD TOLKSDORF

Sanitäre Installationen und Heizungsbau

Tel. 0231 - 8631730



Gymnastik-Abteilungsleiterin Ulrike Behrendt beim „gemeinsamen“ Online-Training in ihrem Wohnzimmer

Nach Online- und Outdoor-Training: Endlich zurück in den Sporthallen!

Auch die aktiven Mitglieder der Gymnastik-Abteilung mussten während der Pandemie eine lange Zeit auf ihren mitunter schon jahrzehntelang geübten Sport verzichten.

Immerhin gab es auch in den Zeiten des völligen Lockdowns, als alle Hallen geschlossen waren und auch anderweitige direkte Kontakte kaum möglich waren, jede Woche mehrmals Online-Trainings-Angebote. Hier konnten alle, die sich übers Internet einklinken konnten, ihre gewohnten Übungen, zwar zu Hause aber doch gemeinsam, durchführen. An dieser Stelle noch einmal der Dank an die engagierten Übungsleiter/innen! Dies waren für die Teilnehmer/innen oftmals die einzigen Gelegenheiten, neben und nach dem Training sich zu „sehen“ und sich auszutauschen.

Für zahlreiche Mitglieder, die diese Angebote nicht nutzen konnten, war dies allerdings eine Zeit völlig ohne Sportangebote. Nochmals Dank an alle, die trotz aller widrigen Umstände dem Sportverein TuS Westfalia Hombruch treu geblieben sind!

Im Sommer dann wurden die Sporthallen zögerlich für die Vereine wieder geöffnet, wenn auch mit scharfen Hygiene-Auflagen. So durften die Matten und Geräte nicht benutzt werden, Umkleieräume und Duschen tabu, jeder und jede musste seine eigene Matte mitbringen. Viele Gruppen zogen es daher vor, lieber in den Außenbereichen als in den Hallen zu trainieren. Inzwischen, nachdem die allermeisten Mitglieder geimpft oder genesen sind, findet das Training wieder unter (fast) normalen Umständen statt. Wir alle hoffen, dass es so bleibt und wir nie wieder einen solchen Lockdown mitmachen müssen!



Statt in der Halle trainieren wir eben draußen!

Abteilung Gymnastik



Auch die Parcours-Gruppe der Gymnastik-Abteilung hatte im Sommer Spaß in der Halle der Mira-Lobe-Schule.

Gastronomie und Vereinsgaststätte **Zum Muskelkater**



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



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



Die Handball-E-Jugend auf dem Weg zum nächsten Tor. (Text/Foto: Marina Michaelsen)

Männliche Handball-E-Jugend – maximale Spielfreude

Während andere Jugendmannschaften nach der ausgefallenen Corona-Saison über Spielermangel klagen, hat sich die männliche E-Jugend der JSG Westfalia Dortmund (in Kooperation mit DJK Westfalia Hörde) geradezu verdoppelt. Ein Handballprojekt an einer Grundschule hatte derart durchschlagenden Erfolg, dass gleich dreizehn Neue ins Team kamen. Für Trainer Niklas Noll und seine Co-Trainerinnen Michelle Pinapfel und Lina Kaupenjohann keine kleine Herausforderung, da manche Kinder noch an den Handballsport herangeführt werden müssen, während andere seit Jahren dabei sind.

Was diese E-Jugendlichen jedoch eint, ist die grenzenlose Spielfreude. Sie alle bestreiten in dieser Saison ihre ersten Spiele auf dem Großfeld und wachsen als zwei neu formierte Mannschaften zusammen. Für Niklas steht dabei der Spaß im Vordergrund. An einem Sport, an dem er bei aller Härte die ausgesprochene Fairness schätzt, und den er selbst schon seit zwanzig

Jahren betreibt. Jedes Kind möchte er auf seinem individuellen Handballweg fördern. Team-sport bedeutet aber immer auch soziales Lernen. Die Spieler müssen miteinander auskommen, sonst fehlen Anspielstationen auf dem Platz.

Auch Flo (10), einer der Spieler, mag an Handball, „dass man Teamgeist und eine gute Taktik braucht.“ Besonders liebt er es, im Sprungwurf Tore zu machen. Rennen, dribbeln, springen ... die Dynamik beim Handball macht einfach Spaß.

Freuen würden sich Niklas, Lina und Michelle vor allem über Trainerunterstützung. Wer sein handballerisches Knowhow an eine Jugendmannschaft weitergeben möchte, wendet sich gerne direkt an Niklas (Tel. 01578 382 53 53). Und sorgt damit für Nachwuchs in einem Sport mit vielen faszinierenden Facetten, die aus Neulingen auf dem Großfeld dauerhaft Handballbegeisterte machen.

HEIMAT LIEBE

Ein Bier wie sein Revier.



BRINKHOFF'S
No. 1

Endlich zurück – die D1-Handballjugend

Die handballfreie Corona-Zeit bedeutete auch für die D1-Jugend der JSG Westfalia Dortmund (in Kooperation mit DJK Westfalia Hörde) eine lange Durststrecke. Zwar hielten sich die Jungs mit Online-Challenges gegen andere Teams im Rahmen der DHB Hannibal-Challenge fit. Wesentlich glücklicher waren jedoch alle, als es zuerst auf Außenplätzen und schließlich in der Halle wieder richtig losgehen konnte. Nun endlich startet die erste Saison seit Corona.

Den Trainern Jens Michaelsen und Kai Wolter liegt vor allem der Spaß ihrer Spieler am Handball am Herzen, damit sie dem Sport möglichst lange erhalten bleiben. Im Vergleich zum Fußball leidet Handball oft unter Nachwuchsproblemen. Daher gilt für Jens: „Jeder, der Lust hat, sollte die Möglichkeit bekommen, den Handballsport richtig kennen zu lernen.“ Für ihn selbst liegt der Reiz des Sports in der Geschwindigkeit: Bei

einem Handballspiel gibt es keinen Leerlauf, da ist durchgängig Bewegung auf dem Platz.

Mit der D1-Jugend steht ein kleines, eingeschworenes Team auf dem Feld, das sich schon lange kennt und nach der Zwangspause rasch zum Spielfluss zurückfinden wird. Sich wieder mit anderen zu messen, sorgt bei den zehn Jungs für Begeisterung. Allerdings würden sie sich über weitere Mitspieler freuen.

Interessenten aus dem D1-Jahrgang 2009 wenden sich einfach an Jens Michaelsen (michaelsen.jens@gmx.de)

oder kommen zu einem der Trainings: dienstags 16.00 - 17.30 Uhr in der Halle Hacheneu oder donnerstags 18.00 - 19.15 Uhr in der Halle Renninghausen.

So können sich alle auf eine erfolgreiche Saison freuen.

Ihr freundlicher und kompetenter Meisterbetrieb in Datteln

Print
Design

Gesellschaft für
Kommunikationsgrafik mbH

- Konzeption und Gestaltung
- Logos und Illustrationen
- Geschäftsdrucksachen
- Anzeigen
- Privatdrucksachen
- Aufkleber
- Flyer
- Broschüren
- Mailings
- Kataloge
- Poster
- Kalender
- Schilder
- Fahrzeugbeschriftungen
- Schaufensterwerbung

Abteilung Handball



Die Handballer der D1-Jugend suchen noch Mitspieler. (Text/Foto: Marina Michaelsen)

Hermann
Köhne



Malermeister

*... seit 1999
in Hombruch*

Dortmund ☎ 02 31 / 97 71 36

*Wir bringen
Farbe
in's Leben!*

- Graffitientfernung 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

Handball-Minis und gemischte F-Jugend: Wir sind wieder da !

Vor Corona trafen sich zeitweise so viele junge Handballtalente zum wöchentlichen Training, dass die kleine „Eierkamp-Sporthalle“ aus allen Nähten platzte.

Auch zu den Spielfesten konnten wir meist mit 2 Mannschaften anreisen.

Alle waren mit Begeisterung und vollem Einsatz dabei. Jedes geworfene Tor und jeder gehaltene Ball wurde bejubelt und auch von den Eltern gehärend gefeiert.

Nach langer Corona-Pause haben wir im August wieder vorsichtig mit dem Training begonnen. Wir haben uns sehr gefreut, dass die Begeisterung trotz der langen Zeit ohne Handball geblieben ist, dass alle ehemaligen Minis auch in der gF-Jugend ihren Spaß haben und sich die Sporthalle sehr schnell wieder gefüllt hat.

Die Mini-Mannschaft war auf 4 Kinder geschrumpft. Das blieb aber zum Glück nicht lange so. Mittlerweile tummeln sich freitags schon wieder mehr als 12 kleine Talente in der Sporthalle an der Eierkampstraße und lernen spiele-

risch den Umgang mit dem Ball. Hier werden motorische Fähigkeiten und soziale Kompetenzen entwickelt, und natürlich auch erste Regeln des Handballspiels erlernt.

Ganz besonders freuen wir uns, dass es Ende November auch für die Jüngsten unseres Vereins wieder los geht.

In einem kleinen Turnier mit jeweils 4 Mannschaften starten die Minis zum ersten Mal.

Die beiden Mannschaften der gF-Jugend brennen darauf, nach so langer Pause wieder zu starten und gegen andere Mannschaften anzutreten. Mit Hygienekonzept und Einhaltung der 3G-Regeln für alle beteiligten Erwachsenen sollte das wieder möglich sein. Auch wir als Trainer sind sehr gespannt !!!

Interessierte Kinder ab 4 Jahren sind beim Training herzlich willkommen!

Kontakt: Minis: Heike Wrobel 0175 8445819
gemischte F: Max Lauber 01523 3776672



Abteilung Handball



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



Ein Teil unserer Gruppe beim Sport im Freien

Senioren sport: Sportstunden an der frischen Luft und Bedarf an neuen Mitgliedern

Der Sportbetrieb bei den Senioren war, wie in den anderen Abteilungen, durch die Kontaktbeschränkungen stark reduziert. Um den Sportbetrieb so wenig wie möglich einzuschränken, haben sich die Mitglieder der Abteilung an der frischen Luft getroffen (soweit dies zulässig war). Zunächst wurde hierzu der Sportplatz am Hallenbad in Hombruch genutzt, später auch private Gärten. Verschiedene Formen senioren-gerechter Gymnastik ließen sich gut auf grünem Rasen realisieren. Tatsächlich hatte der Sport an der frischen Luft auch seinen Reiz, vor allem wenn zu der Luftqualität auch noch Sonnenschein dazu kam. So haben wir denn auch die Halle erst wieder genutzt, als es draußen zu kalt und zu feucht wurde. Die Überbrückung durch Sport im Freien hat geholfen, den Mitgliederstand weitgehend zu halten: in der Summe haben wir nur ein Mitglied verloren.

Unsere Mitglieder sind während der Pandemie allerdings nicht jünger geworden. So suchen wir nach der vollen Wiederaufnahme des Sportbetriebs nunmehr dringend neue Mitglieder. Typi-

scherweise kommen neue Mitglieder zu uns, wenn mit dem Eintritt in das Rentenalter bewusst wird, dass „mann“ dringend etwas für die Gesundheit tun muss. Damit sprechen wir hiermit also Männer an, die in dem entsprechenden Alter etwas für ihre körperliche Fitness tun wollen. Wir raten allen Männern, die während der Pandemie etwas „Rost“ und/oder „Speck“ angesetzt haben, zu uns zu kommen.

Wir treffen uns freitags ab 9:00 in der Sporthalle am Froschloch unter Einhaltung der 2 G-Bedingungen. Kontakt: peter@marwedel.eu oder Tel. 0173 679 4346.



Auto Voigt Kfz Meisterbetrieb

Eine Werkstatt für alle Marken!

- Inspektion nach Herstellervorschrift incl. Mobilitätsgarantie
- TÜV tägl. im Haus
- Reifendienst inkl. Einlagerung
- Klimaanlageanlagewartung
- Glasservice (Austausch & Reparatur)
- Bremsenservice
- Fahrzeugaufbereitung
- Fahrzeugelektrik / Diagnose (Bosch)
- Achsvermessung
- Fahrzeugtuning / Fahrzeug-Folierung
- Unfallschadeninstandsetzung (Karosserie- & Lackierarbeiten)



Öffnungszeiten:

Mo - Fr. 8:00 - 17:30 • Sa 9:00 - 13:00

Deutsch-Luxemburger-Str. 57
Tel.0231 / 95007600 -

44225 Dortmund
www.auto-voigt.de

35. Deutsches Sportabzeichen-Jubiläum für Klaus Hess

Das Deutsche Sportabzeichen ist eine Auszeichnung des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB), gilt als „die höchste Auszeichnung außerhalb des Wettkampfsports und wird als Leistungsabzeichen für überdurchschnittliche und vielseitige körperliche Leistungsfähigkeit verliehen. Die zu erbringenden Leistungen orientieren sich an den motorischen Grundfähigkeiten Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Koordination. Aus jeder dieser Disziplingruppen muss eine Übung erfolgreich abgeschlossen werden (Leistungsstufe Bronze). Der Nachweis der Schwimmfertigkeit ist notwendige Voraussetzung für den Erwerb des Deutschen Sportabzeichens“ ([deutsches-sportabzeichen.de](https://www.deutsches-sportabzeichen.de)).

Diese besondere Auszeichnung hat einer unserer Jedermänner, Klaus Hess, dieses Jahr zum 35. Mal erfolgreich erhalten! Dafür zeigte der 83-Jährige Sportler in den vier Disziplinen Schwimmen 200m, Schwimmen 25m, Kugelstoßen und Hochsprung sein Können. So schwamm er die 200m in 07:48 Minuten sowie



die 25m in 40,6 Sekunden. Mit der 3kg Kugel stieß er 05,90m weit. Beim Hochsprung sprang er über die erforderliche Mindesthöhe von 0,75m. Somit verlieh ihm am 17.08.2021 der Präsident des DOSB Alfons Hörmann sowie die Sachberaterin des Sportabzeichens vom Dortmunder StadtSportBund Eveline Stübner das Deutsche Sportabzeichen in Bronze.

Seit über 45 Jahren

Ihr vertrauter Metallbau-Fachbetrieb in Hombruch!

markisen-metallbau beimdick

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



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

www.markisen-beimdick.de

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



Abenteuerlicher Freizeitspaß für die Tri-Kids Westfalia Hombruch und LC Rapid Dortmund besuchten den Movie Park Bottrop

Die Tri-Kids und Jugendliche der Vereine TuS Westfalia Hombruch und LC Rapid Dortmund besuchten am 3. Oktober den Freizeitpark Movie World in Bottrop.

Da während der Coronazeit sehr viele Aktivitäten ausfallen mussten, hatten sich beide Vereine überlegt, den jüngeren Mitgliedern als kleine Entschädigung einen actionreichen Tag anzubieten.

Gespannt und aufgeregt machten sich am Tag der deutschen Einheit 46 Kinder und Jugendliche frühmorgens mit dem Zug auf den Weg nach Bottrop, um dort einen ereignisreichen Tag mit vielfältigen Attraktionen im Movie-Park zu verbringen. Auch das regnerische Wetter konnte

den Spaß und den Tatendrang der jungen Sportler nichts anhaben. An den Fahrgeschäften bildeten sich dadurch keine Warteschlangen, so dass es möglich war, die herausragenden attraktiven Achterbahnen und den free-tower mehrmals hintereinander zu fahren.

Nach einem langen und aufregenden Tag ging es schließlich mit dem Zug zurück Richtung Heimat, wo die 13 Betreuer unter der Leitung von Ralf Herbst und Andreas Koch ihre müden, aber glücklichen Schützlinge den Eltern wieder übergeben konnten.

Dieser Tag war für alle Beteiligten ein unvergessliches Erlebnis, an das sie sich noch lange gern erinnern werden.



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



Jahreshauptversammlung 2022

Die Jahreshauptversammlung 2022 ist geplant für Sonntag, den 20. März 2022. Beginn: 15:30 Uhr, Kaffee und Kuchen voraussichtlich wie immer ab 15:00 Uhr. Ort: AWO-Begegnungsstätte, Dortmund-Hombruch, Tetschener Str.

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 0231/476 1279

Info:

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

Fotos:

Abteilungen des TuS Westfalia Hombruch

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



Zuversicht



Chancen



Fortschritt



Freiraum



Miteinander



Stabilität

**Weil's um
mehr als
Geld geht.**

Seit unserer Gründung prägt ein Prinzip unser Handeln: Wir machen uns stark für das, was wirklich zählt. Für eine Gesellschaft mit Chancen für alle. Für eine ressourcenschonende Zukunft. Für die Regionen, in denen wir zu Hause sind. Mehr auf [sparkasse-dortmund.de](https://www.sparkasse-dortmund.de)



**Sparkasse
Dortmund**