TVH

TURNVEREIN HERKENRATH 09

2024

1. HALBJAHR

VEREINSNACHRICHTEN

HEFT - NR. 52

Karriereziel: Teamgeist?

Starte jetzt in deine Ausbildung zur Bankkauffrau bzw. zum Bankkaufmann (m/w/d)

Infos und Bewerbung unter: www.vrbankgl.de/ausbildung

Morgen kann kommen.

Wir machen den Weg frei.

VR Bank eG

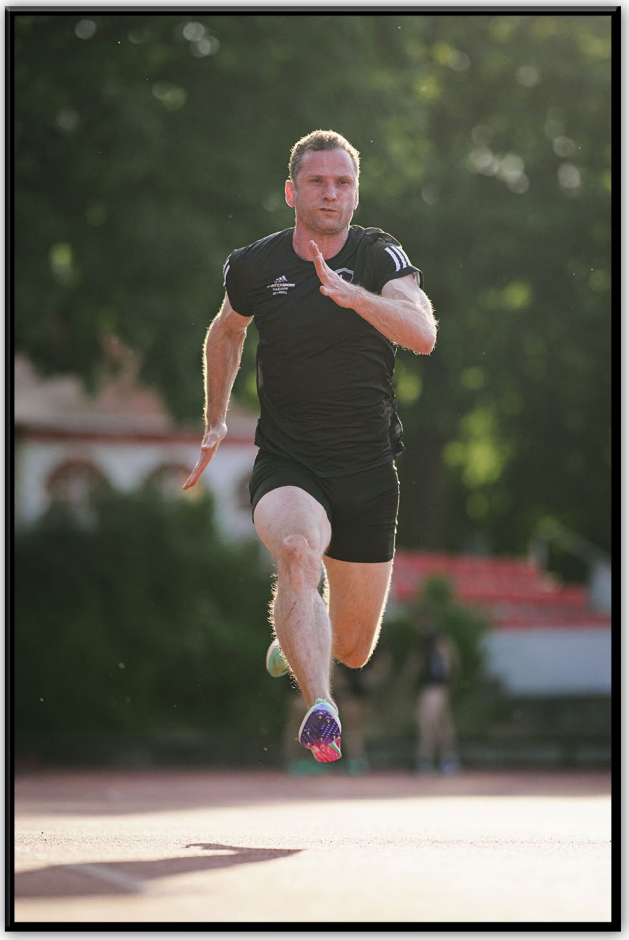
Bergisch Gladbach-Leverkusen

Leichtathletik

tvherkenrath09.leichtathletik

Im Jahr 2023 konnte die Leichtathletikabteilung des TVH bei verschiedenen Veranstaltungen in der Aktiven-, der Jugend- und der Seniorenklasse beeindruckende Erfolge verzeichnen. Unsere für die Sportlerwahl 2023 vorgeschlagenen Athletinnen und Athleten sind dafür beispielhaft.

Jochen Gippert



2. der Seniorenweltmeisterschaften 2023
Seniorenweltmeister 2023 M 40 4x200m Mixed
Nordrheinmeister 2023 100m Männer

Anna Welz

Nordrheinmeisterin 2023 400m Frauen

Siebenkampfmannschaft Frauen
Platz 10 deutsche Bestenliste 2023

Kathrin Höller

Lea Mertens

Nele Renneberg

Fotos: Lukas Schulze

VORSTAND DES GESAMTVEREINS

Der leitende Vorstand

vertritt den Gesamtverein gerichtlich und außergerichtlich.

Vorsitzender des Gesamtvereins & der Turn- und Spielabteilung:
Uwe Tillmann

Vorsitzender der Tennisabteilung:
Karl Wermelskirchen

Vorsitzender der Fußballabteilung:
Patrick Stark

Zusätzlicher Vertreter der Turn- und Spielabteilung:
Dagmar Tillmann

Kontakt: vorstand@tvherkenrath09.de + Telefon 0 22 04 / 8 55 68

Der Ältestenrat

setzt sich aus dem 1. Vorsitzenden sowie je einem Vertreter der einzelnen Hauptabteilungen zusammen.

Ihm gehören an:

Gerd Neu	*Vorsitzender*
Hans Peschel	*Turn- und Spiel*
Hedi Wermelskirchen	*Fußball*
Siegfried Ley	*Tennis*

UNSER GESCHÄFTSSTELLENTEAM

Die Geschäftsstelle im Vereinsheim der Turn- und Spielabteilung, Braunsberg 18 in 51429 Bergisch Gladbach ist an folgenden Tagen geöffnet:

Montag 09.00 - 12.00 Uhr
Dienstag 18.00 - 19.30 Uhr
Donnerstag 09.00 - 12.00 Uhr

Telefonisch erreicht man uns unter der Nummer **0 22 04 - 8 55 68**.

Außerhalb unserer Geschäftszeiten läuft ein Anrufbeantworter. Sprechen Sie ihr Anliegen auf Band, wir rufen schnellstmöglich zurück.

Bitte beachten Sie, dass in den Ferienzeiten unsere Geschäftsstelle montags und donnerstags geschlossen bleibt.

Braunsberg 18
51429 Bergisch Gladbach
Telefon
0 22 04 - 8 55 68
E-Mail
info@tvherkenrath09.de

Veranstaltungen & Organisation

Anke Gierling
anke.gierling@tvherkenrath09.de

Mitgliederverwaltung

Petra Heuermann
petra.heuermann@tvherkenrath09.de

Kursprogramm

Pia Zervos
pia.zervos@tvherkenrath09.de

Zahlungsverkehr

Margo Müller-Gielens
Margo.mueller-gielens@tvherkenrath09.de

Aktuelle Informationen erhalten Sie unter:
www.tvherkenrath09.de
www.facebook.com/TV-Herkenrath
www.instagram.com/tvherkenrath09

GESCHÄFTSSTELLE TV HERKENRATH 09 E.V.

Turn- und Spielabteilung • Braunsberg 18 • 51429 Bergisch Gladbach
Telefon: 0 22 04 / 8 55 68 • E-mail: info@tvherkenrath09.de
Geschäftszeiten:
Mo. 09.00 – 12.00 / Di. 18.00 – 19.30 / Do. 09.00 – 12.00 Uhr

Geschäftsführender Vorstand

Vorsitzender:	Uwe Tillmann
Geschäftsführerin:	Dagmar Tillmann
Sportorganisation:	N.N.
Technischer Leiter:	Karl Wermelskirchen
Vors. Jugendvorstand:	John Möder
Beisitzer:	N.N.

Erweiterter Vorstand

Ältestenratsvorsitzender:	Gerd Neu
Vertr. TuS im Ältestenrat:	Hans Peschel
Kassenprüfer:	Guido Schmitt, Daniel Schmidt
Badminton:	Victoria Jakob
Basketball:	Svanhildur Gilles, Markus Abels
Handball:	Thorsten Hammer
Jedermann:	Wolfgang Korth-Müggenburg
Frauenfitness	N.N.
Kinderfitness:	Monica Schmitz
Karate:	Willi Hentschel
Leichtathletik:	Beate Renneberg
Turnen und Olympisches Geräteturnen:	Thomas Koll
Volleyball: Komm.	Karsten Lilge, Jutta Gaubatz
Altersturnwart:	Karl Fahlenbock

FITāsana

Eine Mischung aus Workout und Yogahaltungen (Asana)

Was erwartet dich:	• Ein dynamischer und kraftvoller Kurs. • Grundgedanke des Kurses ist es Kraft, Ausdauer, Flexibilität und Energie zu stärken. • Der spirituelle Gedanke steht hier nicht im Vordergrund. • Um die Dynamik dieses Kurses zu verstärken, wird Musik aus den aktuellen Charts gespielt. • Der Kurs wird mit einer Entspannungssequenz zur Integration des Erfahrenen abgeschlossen. • Geeignet für jeden, der sich körperlich fit fühlt und offen für Neues ist.
Wo:	Halle Braunsberg
Wann:	Mittwochs von 18.00 – 19.15 Uhr
Kursleitung:	Karina Ristic Fitnesstrainerin seit fast 30 Jahren und Yogalehrerin aus Leidenschaft

Mitmachen und Trikots sichern!

VOLLE POWER FÜR EUER TEAM

Bis zu **70%** sparen

Mit der Trikot-Offensive bieten wir Sportvereinen in unserem Versorgungsgebiet einen echten Heimvorteil: Wir liefern komplette Trikotsätze und Trainingskleidung von Markenherstellern zu Top-Konditionen. Ganz gleich ob Sie Fuß-, Hand- oder Basketball spielen, voltigieren oder turnen – wir haben ein Sortiment für alle Sportarten.

Die Kleidung kann frei nach Ihren Wünschen und Bedürfnissen gestaltet und mit Ihrem eigenen Vereinslogo, -namen oder -wappen verziert werden.

Jetzt bestellen unter **trikotoffensive.belkaw.de**

BELKAW
Im Herzen bergisch.

CELENUS
Fachklinik Bensberg
Gesundheit als Aufgabe

Fachklinik für konservative Orthopädie & orthopädische Rehabilitation

Rehabilitations-Schwerpunkte:

- Zustand nach Gelenkersatzoperation (z. B. Hüft- oder Kniegelenke)
- Operativ oder konservativ versorgte Frakturen (Knochenbrüche)
- Wirbelsäulenoperation
- Nachbehandlung nach Amputationen mit Gangschulung
- Konservative Behandlung von Gelenk- und Wirbelsäulenerkrankungen

Reha Bensberg GmbH
Friedrich-Ebert-Straße 70 · 51429 Bergisch Gladbach
T +49 2204 8590 · F +49 2204 859119
info@reha-bensberg.de · www.reha-bensberg.de

Sportart	w	m	Bezeichnung	Tag	Zeit	Ort	Übungsleiter/in
Aerobic	x			Montag	20:00-21:30	VH	Ingrid Pöppinghege
Aquafitness	x		Kursprogramm	Mittwoch	18:00-18:45	FSM	Dagmara Ressel
	x		Kursprogramm	Mittwoch	18:45-19:30	FSM	
Badminton	x	x	Fortgeschrittene	Montag	20:00-22:00	SZ	Victoria Jakob/Fabian Spanka
	x	x	Anfänger	Freitag	18:00-20:00	SZ	
Basketball	Die Trainingszeiten der Kinder-, Jugend- und Erwachsenen-Mannschaften der Bergischen Löwen können Sie unter www.bergischeloewen.de abrufen oder unter basketball@tvherkenrath09.de erfragen.						
	x	x	U8	Freitag	16:00-17:00	SZ	Philipp Lambertz
	x	x	U10/2	Montag	17:00-18:30	SZ	Thomas Wegeng
	x	x	U10/3	Freitag	16:30-18:00	SZ	Julia Oberdörster
	x	x	U12/1	Dienstag	17:00-18:30	SZ	Solvey Gilles/Phil Baumanns
				Freitag	16:30-18:00	SZ	
	x	x	U12/2	Dienstag	17:00-18:30	SZ	Emma Deinzer
				Freitag	17:00-18:30	SZ	
	x		Hobbygruppe	Mittwoch	20:00-21:30	HB	Svanhildur Gilles
		x	Hobbygruppe	Dienstag	20:15-21:30	SZ	Björn Gilles
FitAsana	x	x	Kursprogramm	Mittwoch	18:00-19:15	HB	Karina Ristic
Fit durch Tanz	x		Kursprogramm	Montag	19:00-20:30	SZ	Andrea Honrath
Geräteturnen			Informationen über das Geräteturnen auf Anfrage über info@tvherkenrath09.de				
Gymnastik	x		ab 50 Jahre	Dienstag	17:00-18:00	VH	Henny Jansen
	x		Sitzgymnastik ab 60 Jahre	Mittwoch	09:00-10:00	VH	
	x		Sitzgymnastik ab 60 Jahre	Mittwoch	10:00-11:00	VH	
	x		ab 50 Jahre	Donnerstag	10:00-11:00	VH	Ramona Przyborowski
Handball		x		Mittwoch	19:30-21:30	AHW	Thorsten Hammer
JederMänner		x	ab 40 Jahre	Montag	19:00-21:30	HB	Thomas Kohls
		x	Altersturner ab 65 Jahre	Dienstag	15:45-16:45	VH	Henny Jansen
Karate	x	x	Kinder (ab 10 Jahre) & Erwachsene	Montag	18:15-19:45	VH	Tobias Alteweyer
	x	x	Jugendliche (14-17) & Erwachsene	Mittwoch	18:15-19:15	VH	
	x	x	Kinder (Anfänger, ab 7 Jahre)	Freitag	17:30-18:45	VH	
	x	x	Erwachsene	Freitag	19:00-20:00	VH	
	x	x	Erwachsene (Anfänger)	Samstag	11:00-13:00	VH	René Weyer
Kinderturnen	x	x	Krabbelgruppe ab 6 Monate	Dienstag	09:15-10:15	VH	Nadine Köppe
	x	x	Eltern-Kind-Turnen ab 2 Jahre	Mittwoch	16:00-17:00	HB	Monica Schmitz
	x	x	Eltern-Kind-Turnen ab 2 Jahre	Donnerstag	16:00-17:00	HB	Robert Hof
	x	x	Eltern-Kind-Turnen ab 2 Jahre	Dienstag	16:00-17:00	HB	Monica Schmitz
	x	x	Eltern-Kind-Turnen ab 2 Jahre	Mittwoch	17:00-18:00	HB	
	x	x	Kinderturnen 4-6 Jahre	Montag	17:00-18:00	SZ	Barbara Cabrera-Ozaez
	x	x	Kinderturnen 4-6 Jahre	Dienstag	17:00-18:00	HB	Monica Schmitz

Sportart	w	m	Bezeichnung	Tag	Zeit	Ort	Übungsleiter/in
	x	x	Kinderturnen 4-6 Jahre	Mittwoch	17:00-18:00	SZ	Barbara Cabrera-Ozaez
	x	x	Kinderturnen 4-6 Jahre	Donnerstag	17:00-18:00	HB	Robert Hof
Leichtathletik Herkenrath	x	x	Kinder U9 (Jg. 2016/2017)	Freitag	15:30-16:30	BR/HB	Haas/Renneberg/ Ruppach/Schomburg
	x	x	Kinder U12 (Jg. 2013-2015)	Freitag	16:30-18:00	BR/HB	
	x	x	Jugend U14 (Jg. 2011/2012)	Freitag	16:30-18:00	BR/HB	
	x	x	Jugend U16 (Jg. 2009/2010)	Freitag	16:30-18:00	BR/HB	
Leichtathletik Bergisch Gladbach	x	x	Kinder U12 (Jg. 2013-2016)	Freitag	16:00-17:00	Stadion/GSH	Renate Höller/Sofia Bens
	x	x	Jugend U14 (Jg. 2011/2012)	Mittwoch	17:30-19:00	Stadion/STH	Dominik Höller/Nele Renneberg
	x	x	Jugend U14 (Jg. 2011/2012)	Freitag	17:00-18:30	Stadion/GSH	Renate Höller
	x	x	Jugend U16 (Jg. 2009/2010)	Mittwoch	17:30-19:00	Stadion/STH	Dominik Höller/Nele Renneberg
	x	x	Jugend U16 (Jg. 2009/2010)	Freitag	16:30-18:00	Stadion/STH	Guido Schmitt
	x		Weibliche Jugend/Frauen	Es bestehen Trainingsgruppen für: Kurzsprint, Langsprint/Hürden, Lauf, Sprung, Mehrkampf, Wurf.Trainingszeiten und Trainingsorte nach individueller Vereinbarung. Bei Interesse wenden Sie sich bitte an: leichtathletik@tvherkenrath09.de			Karl Fleschen
			(Jg. 2008 und älter)				Jochen Gippert
		x	Männliche Jugend/Männer				Klaus Höller
			(Jg. 2008 und älter)				Guido Schmitt
							Rolf Sprenker
Loslassen, Entspannen, Auftanken	x	x	Kursprogramm	Montag	16:00-17:00	VH	Nicole Zolke
Pilates für Damen	x		Kursprogramm	Dienstag	18:00-19:00	VH	Mane Landsgesell
	x		Kursprogramm	Donnerstag	19:00-20:00	SZ	
	x		Kursprogramm	Donnerstag	20:00-21:00	SZ	
Pilates für Herren		x	Herren ab 50	Dienstag	19:15-20:15	SZ	Mane Landsgesell
Qigong	x	x	Kursprogramm	Montag	10:00-11:15	VH	Andrea Dittrich
Schwingstab-Training	x	x	Kursprogramm	Montag	09:00-10:00	VH	Nicole Zolke
Volleyball	x	x	Mixed Mannschaft	Montag	20:00-21:30	SZ	Gabi Heck
	x	x	Hobby	Dienstag	18:30-20:15	SZ	Thomas Kohls
Wassergymnastik für Menschen mit und ohne Einschränkungen	x	x	Erwachsene	Dienstag	16:00-17:00	RM	Mitarbeiter Salvea
	x	x	Erwachsene	Mittwoch	16:00-17:00	RM	
Wirbelsäulengymnastik	x	x	Kursprogramm	Montag	17:00-18:00	HB	Ramona Przyborowski
	x	x	Kursprogramm	Montag	18:00-19:00	HB	
	x	x	Kursprogramm	Donnerstag	09:00-10:00	VH	Sabrina Hoppe
Workout							
Bauch-Beine-Po	x	x	Kursprogramm	Mittwoch	19:30-20:30	VH	Ingrid Pöppinghege
Workout Plus	x	x	Kursprogramm	Mittwoch	19:30-20:45	SZ	Karina Ristic
Fitness & Bodyforming	x	x	Kursprogramm	Donnerstag	18:00-19:00	HB	Monika Schmitt
Yoga	x	x	Kursprogramm	Mittwoch	18:15-19:15	SZ	Sofie Becker
Zumba	x	x	Kursprogramm	Dienstag	18:00-19:00	SZ	Alexandra Tetteh

Legende

AHW	=	Sporthalle Ahornweg, BGL
BR	=	Sportplatz Braunsberg
FSM	=	Fröbelschule Moitzfeld
GSH	=	Grundschule Hebborn, BGL
HB	=	Halle Braunsberg, Herkenrath
KB	=	Kombibad Paffrath
RM	=	Rehazentrum Moitzfeld
STADION	=	Stadion, Paffrather Straße
STH	=	Stadionhalle, BGL
SZ	=	Turnhalle Schulzentrum Herkenrath, Dietrich-von-Dorendorp-Straße 14b
TA	=	Tennisanlage TV Herkenrath, Braunsberg 25
VH	=	Vereinsheim TV Herkenrath, Braunsberg 18

BEITRAGSORDNUNG TURN- & SPIELABTEILUNG

Aufnahmegebühr je Mitglied	einmalig	**20,00 €**
Kinder bis 14 Jahre	monatlich	**9,00 €**
Jugendliche 14 bis 18 Jahre	monatlich	**10,00 €**
Erwachsene	monatlich	**11,00 €**
Familienbeitrag	monatlich	**27,50 €**

Monatliche Beitragszahlungen sind aus verwaltungstechnischen Gründen nicht möglich. Dem Vereinsmitglied stehen für seinen Beitrag grundsätzlich alle Sportarten der Turn- und Spielabteilung offen. Für einige besonders kostenintensive Angebote ist jedoch ein Zusatzbeitrag zu entrichten.

Die Mitgliedschaft kann gemäß Satzung durch schriftliche Erklärung mit einer Frist von einem Monat zum Quartalsende gekündigt werden.

Sportangebote mit Zusatzbeiträgen	monatlich	Im Quartal	halbjährlich
Basketball mit Spielermeldung Kinder u. Jugendliche		30,00 €	
Basketball mit Spielermeldung Erwachsene		37,50 €	
Schwimmen für Erwachsene mit und ohne Einschränkungen im Kombibad Paffrath			17,00 €
Wassergymnastik für Erwachsene mit und ohne Einschränkungen in der Celenus Reha Moitzfeld		65,00 €	
Karate Kinder und Jugendliche		52,50 €	
Karate Erwachsene		60,00 €	
Krabbelgruppe		15,00 €	
Kinderturnen		auf Anfrage	
Kunstturnen / Mädchen Feldstr.	25,00 - 48,00€		
Leichtathletik / Kinder und Jugendliche ab 12 Jahre Berg. Gladbach; Herkenrath			24,00 €
Leichtathletik / Erwachsene Berg. Gladbach; Herkenrath			45,00 €
Talentschule Gerätturnen / Mädchen Olympiastützpunkt im RTB	Die Beiträge werden monatlich gemäß der jeweils gültigen Gebührenordnung des Rheinischen Turnerbundes eingezogen		
Talentschule Trampolin im RTB			

TENNIS

TV HERKENRATH

FACEBOOK

FEIERABEND! JETZT DIE TENNISSOCKEN AN!

Unser Tennisverein gehört zu den kleineren Vereinen der Stadt Bergisch Gladbach. Wir verfügen über eine der schönsten Tennisanlagen weit und breit mit 6 Plätzen und einem Clubhaus. Die Hauptanlage mit 4 Plätzen befindet sich in Fahrtrichtung Herkenrath-Spitze auf der linken Straßenseite Braunsberg gegenüber dem Vereinshaus des Turn-Vereins.

INSTAGRAM

www.tennis-bergisch-gladbach.de

info@tennis-bergisch-gladbach.de

QIGONG YANGSHENG

HEILUNG
&
GESUNDERHALTUNG

QIGONG IST DER AKTIVE TEIL DER TRADITIONELLEN CHINESISCHEN MEDIZIN (TCM), DER WEG DES EIGENEN ÜBENS ZUR GESUNDERHALTUNG UND HEILUNG UND BEDEUTET: ÜBUNGEN MIT DER LEBENSKRAFT ZUR PFLEGE DES LEBENS.

QIGONG-ÜBUNGEN UMFASSEN KÖRPERHALTUNGEN UND BEWEGUNGEN, ATEM- UND KONZENTRATIONSÜBUNGEN. SIE REGULIEREN UND STÄRKEN KÖRPERLICHE, SEELISCHE UND GEISTIGE FUNKTIONEN.

MONTAG: 10:00– 11:15 UHR
ORT: VEREINSHEIM TV HERKENRATH, BRAUNSBERG 18
KURSPROGRAMM@TVHERKENRATH09.DE
ODER 02204/85568

TVH
TURNVEREIN HERKENRATH 09

EDEKA

über 125 Jahre

Hetzenegger

Frische Vitamine gibt es bei uns.

Ihr freundlicher Supermarkt in Ihrer Nähe.

Frischemarkt Sand

Herkenrather Str. 70
8.00 - 21.00 Uhr

Frischemarkt Dürscheid

Wipperfürther Str. 165
7.00 - 21.00 Uhr

nah&gut Moitzfeld

Moitzfeld 72
8.00 - 19.00 Uhr

Getränke Herkenrath

Strassen 69 - 71
8.30 - 19.30 Uhr | 18.30 Uhr
ab April ab November

Wir ♥ unsere Region und Lebensmittel.

GESCHÄFTSFÜHRENDER VORSTAND

Abteilungsleiter Fußball
Patrick Stark
@ Patrick.Stark@tvherkenrath09.de
0 15 75 - 5 49 32 90

Geschäftsführer Fußball
Hartwig Schumacher
@ Fussball@tvherkenrath09.de

Kassierer Fußball
Reiner Jonas
@ Reiner.Jonas@tvherkenrath09.de

Jugendleitung Fußball
Michaela Drewitz,
Mathias Kürten
@ Fussball@tvherkenrath09.de

Postadresse Fußballabteilung
TV Herkenrath 09 e.V. - Abt. Fußball
Braunsberg 18
51429 Bergisch Gladbach

TRAININGSZEITEN FUSSBALL KUNSTRASENPLATZ BRAUNSBERG

Die Trainingszeiten der Fußballer können unter fussball@tvherkenrath09.de erfragt werden.

Bambini	(5 - 6 Jahre)	**C-Junioren**	(13 - 14 Jahre)
F-Junioren	(7 - 8 Jahre)	**B-Junioren**	(15 - 16 Jahre)
E-Junioren	(9 - 10 Jahre)	**A-Junioren**	(17 - 18 Jahre)
D-Junioren	(11 - 12 Jahre)	**Senioren**	(> 19 Jahre)

TVH
TURNVEREIN HERKENRATH 09
FUSSBALL

joke

Brillante Lösungen für perfekte Oberflächen

joke Technology GmbH
Asselborner Weg 14 -16 • D-51429 Bergisch Gladbach
Tel. +49 (0) 22 04 / 8 39-0 • **Mail** info@joke.de
Web www.joke-technology.de

Loslassen

Entspannen

Auftanken

Ort: TVH Vereinsheim, Braunsberg 18, BGL-Herkenrath

Zeit: montags 16 – 17 Uhr

Anfragen und Anmeldung: 02204 85568 oder

kursprogramm@tvherkenrath09.de