

TVinfo



turnverein
ratingen
1865 e.V.

Ausgabe 2 | Juni 2026 | G 5114



► **Leichtathletik**
DM-Ticket gelöst



► **TV MED**

**Stadtwerke
Ratingen** 

Echt. Gut. Leben.

KomMITT

100% Stadtwerke

**Gemeinsam für eine
lebenswerte Stadt.**

**Wir verbinden, versorgen
und begeistern. Jeden Tag.**

VORWORT

Claudia Erwes-Sidar

Vorstandsvorsitzende



Liebe Mitglieder,

unsere Mitgliederversammlung liegt nun fast schon zwei Monate zurück, ist mir aber noch gut in Erinnerung.

Wie immer gab es die treue „TV-Familie“, die wir auf dieser Versammlung begrüßen konnten. Freuen würden wir uns, wenn diese TV-Familie größer würde. Wir versuchen dort den Jahresrückblick für alle Mitglieder interessant und aufschlussreich zu gestalten. Die dort präsentierten Zahlen haben den Anwesenden eindrucksvoll gezeigt, dass unser Verein in allen Bereichen des Sports aktiv und super aufgestellt ist.

Besonders erfreulich ist zudem unsere positive Mitgliederentwicklung auf nun 7.500 zum 1.4.2026. Dieses stetige Wachstum unterstreicht die erfolgreiche Entwicklung unseres Vereins und ist ein Ergebnis der hervorragenden Arbeit, die in allen unseren Abteilungen und Fachbereichen geleistet wird. Mein herzlicher Dank gilt allen Mitarbeitenden, Trainerinnen und Trainern, Übungsleitenden sowie den vielen Engagierten im Hintergrund, die mit großem Einsatz zu dieser Entwicklung beitragen.

Diese Entwicklung stellt uns aber auch vor neue Herausforderungen. In verschiedenen Abteilungen müssen Wartelisten geführt werden, da die Hallenkapazitäten nicht mehr ausreichen. Das haben wir im Blick und stehen im Austausch darüber, wie wir eine Erweiterung der räumlichen Kapazitäten erreichen können.

Besonders hervorheben möchte ich unsere beiden Veranstaltungen im Mai.

Mit unserer Ehrungsveranstaltung am 07.05.2026 haben wir im vergangenen Jahr ein Format etabliert, das einen würdigen Rahmen für die Auszeichnung unserer langjährigen Mitglieder, langjährigen Übungsleiter, langjährige Mitarbeiter und die sportlichen Erfolge unserer Wettkampf-Sportler bietet.

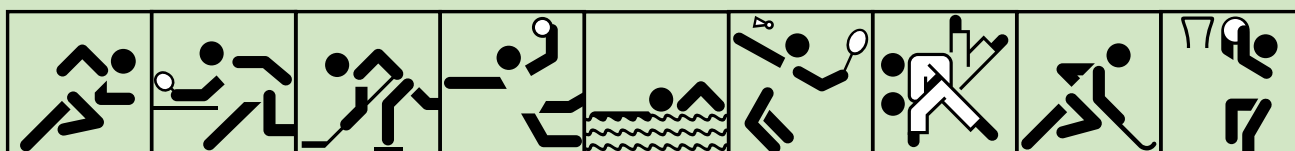
Unser Beitrag zum Ratinger Stadtjubiläum am 09.05.2026, der Aktionstag „Ratingen bewegt sich“, war ein voller Erfolg. Bei strahlendem Sonnenschein konnten sich zahlreiche Ratinger Bürger und Bürgerinnen bei uns bewegen, neue Sportarten ausprobieren, ihre Gesundheit testen lassen und bei leckerem Essen, erfrischenden Getränken und Live-Musik den Tag genießen. Auch unser Bürgermeister Patrick Anders war vor Ort und zeigte sich begeistert.

Die vielen positiven Rückmeldungen haben uns darin bestärkt, diesen Aktionstag fest in unseren Veranstaltungskalender aufzunehmen.

Solche Veranstaltungen sind Ausdruck unseres lebendigen Vereinslebens und stärken den Zusammenhalt über alle Altersklassen hinweg. Ein herzliches Dankeschön an alle Helferinnen und Helfer, die mit ihrer Zeit, ihrer Energie und ihrem Organisationstalent zum Gelingen beigetragen haben. Gemeinsam erreichen wir viel.

Ich wünsche Euch allen einen schönen Sommer mit viel Freude am Sport und an der Gemeinschaft in unserem Verein.

Eure Claudia Erwes-Sidar



Inhalt

03 Vorwort	15 Badminton	37 Studio / TV MED
04 Ratingen bewegt sich	16 Handball	40 Nachhaltigkeit
06 Ehrungsabend	18 Fechten	42 TV Open AiR
09 Stadtwerke Ratingen Mehrkampf-Meeting	20 Schwimmen	43 Stellenangebote
10 Gerätturnen	22 Leichtathletik	44 FSJ Stellenausschreibung
12 Eishockey	26 KiSS	46 Termine
14 Judo	32 Functional	
	36 Fitnessgymnastik	

RATINGEN BEWEGT SICH

Premiere wird zum vollen Erfolg!

Wolkenloser Himmel, strahlender Sonnenschein und angekündigte 22 Grad – bessere Voraussetzungen hätte es für unsere Premiere von „Ratingen bewegt sich“ am 09.Mai.2026 kaum geben können. Zahlreiche Besucherinnen und Besucher kamen zwischen 12 und 19 Uhr auf unser Vereinsgelände am Stadionring und machten den Tag zu einem lebendigen Fest voller Bewegung, Begegnung und guter Laune.

Schon kurz nach dem Start war auf dem gesamten Gelände spürbar, worum es an diesem Tag gehen sollte: gemeinsam aktiv sein, Neues ausprobieren und einfach Freude an Bewegung erleben. Unser Vereinsgelände und das angrenzende Stadion verwandelten sich in eine große Sport- und Erlebnislandschaft, die überall zum Mitmachen einlud. Ob bei der großen Sportartenolympiade, auf den Beachfeldern, beim Yoga, HYROX oder an den vielen Gesundheits- und Fitnessstationen – an jeder Ecke wurde geschwitzt, gelacht und ausprobiert. Familien mit Kindern, Jugendliche, Seniorinnen und Senioren sowie viele neugierige Besucherinnen und Besucher kamen zusammen und erlebten gemeinsam, wie verbindend Sport sein kann.

Ein echtes Highlight war auch der „Ratinger Wandertag“, den wir gemeinsam mit dem Kulturamt und lokalen Wandervereinen organisiert haben. Knapp 120 Wanderinnen und Wanderer machten sich in 7 Wanderrouten aus verschiedenen Stadtteilen auf den Weg zum Stadionring und sorgten schon am Vormittag dafür, dass sich ganz Ratingen bewegte.

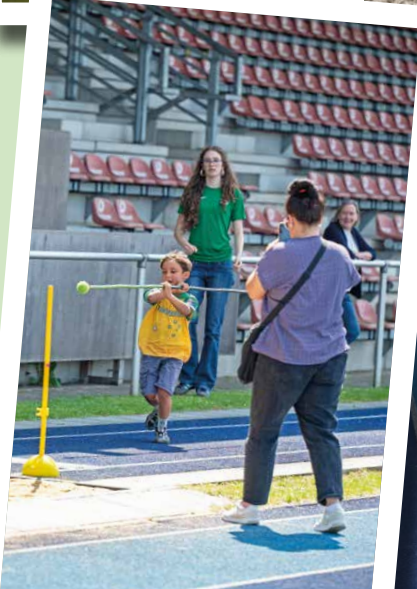
Doch nicht nur die vielen Sportangebote machten den Tag besonders. Auf dem gesamten Gelände herrschte eine entspannte, fröhliche Atmosphäre, die zum Verweilen einlud. Die Foodtrucks von Edeka Kels und Pizzapoint sowie Verpflegungsstände, organisiert von unseren ehrenamtlichen Helfer*innen der Fecht-Hockey- und Geräteturnabteilung, sorgten für die passende Stärkung zwischendurch. Auf der Bühne liefen durchgehend Aufführungen, Interviews und Mitmachaktionen, die für Unterhaltung sorgten. Auch unsere jüngsten Gäste hatten mit Hüpfburg, Kinderschminken und einem Besuch von Clown Doni jede Menge Spaß.

Zudem konnten wir im Bühnenprogramm auch unsere jüngsten Leistungssportler*innen bei der Kindersportlerehrung für ihre Erfolge ehren.

Ab 17 Uhr ging der sportliche Nachmittag dann nahtlos in einen stimmungsvollen Abend über. Bei unserer „After Sport Party“ wurde gemeinsam gefeiert, gelacht und auf einen rundum gelungenen Tag angestoßen. Für den perfekten musikalischen Abschluss sorgte die bekannte Band „Tragödchen“, die mit ihrer energiegeladenen Performance noch einmal richtig Stimmung auf das Gelände brachte.

Mit „Ratingen bewegt sich“ haben wir eindrucksvoll gezeigt, wie vielfältig, generationsübergreifend und verbindend Sport sein kann. Für uns als TV Ratingen war es etwas ganz Besonderes, mit diesem Aktionstag einen bewegten Beitrag zum 750-jährigen Stadtjubiläum leisten zu dürfen. Die vielen positiven Rückmeldungen, die glücklichen Gesichter und die großartige Stimmung auf dem gesamten Gelände machen schon jetzt Lust auf eine Wiederholung, die es sicherlich in 2027 geben wird.

An dieser Stelle möchten wir uns auch herzlich für die Unterstützung und Förderung der Stadt Ratingen, der Stadtwerke Ratingen sowie der Sparkasse Hilden-Ratingen-Velbert bedanken.





EHRUNGSABEND

Ein Abend voller Wertschätzung und Erfolge

Der TV Ratingen Ehrungsabend fand am 7. Mai 2026 erneut in unserer vereinseigenen Turnhalle statt und bot einen würdigen Rahmen, um zahlreiche Mitglieder, Übungsleiterinnen und Übungsleiter, eine Mitarbeiterin sowie erfolgreiche Sportlerinnen und Sportler unseres Vereins auszuzeichnen. Rund 150 Gäste waren der Einladung gefolgt und wurden zu Beginn des Abends mit einem Sektempfang begrüßt. In angenehmer Atmosphäre startete so ein abwechslungsreicher und stimmungsvoller Abend im Zeichen von Anerkennung, Gemeinschaft und Vereinsleben.

Den ersten Teil des Abends gestaltete Sven Pallesen mit der Ehrung der Mitglieder. Den Auftakt machten die jungen Mitglieder unter 27 Jahren, die bereits seit zehn Jahren dem TV Ratingen angehören – ein schönes Zeichen für die starke Verbundenheit junger Menschen mit unserem Verein. Anschließend wurden die Mitglieder für 25, 40, 50, 60 und sogar 80 Jahre Mitgliedschaft geehrt. Besonders hervorzuheben waren dabei die Auszeichnungen von Christel Litters für 60 Jahre sowie von Charly Hempelmann für beeindruckende 80 Jahre Mitgliedschaft im TV Ratingen – außergewöhnliche Zeichen der Verbundenheit mit unserem Verein, die mit großem Applaus gewürdigt wurden.

Anschließend ehrte Claudia Erwes-Sidar die Übungsleiterinnen und Übungsleiter sowie die Mitarbeiterin des Vereins und dankte allen für ihr Engagement und ihren wichtigen Beitrag zum Vereinsleben.

Im zweiten Teil des Abends folgte die Ehrung unserer erfolgreichen Sportlerinnen und Sportler, die von Ralf Kastner moderiert wurde. Geehrt wurden Sportlerinnen und Sportler aus den Abteilungen Fechten, Gerätturnen, Handball, Leichtathletik, Schwimmen und Volleyball. Besonders erfreulich war, dass zahlreiche Fechterinnen und Fechter anwesend waren, die in der vergangenen Saison nicht nur national, sondern auch international große Erfolge feiern konnten. Ebenso wurden unsere Schwimmerinnen und Schwimmer ausgezeichnet, die mit ihren Teilnahmen an den Deutschen Meisterschaften starke Leistungen gezeigt und den TV Ratingen hervorragend vertreten haben.

Nach dem offiziellen Teil klang der Abend bei einem leckeren Buffet im Clubraum in geselliger Atmosphäre aus. Viele Gäste nutzten die Gelegenheit für Gespräche und einen gemeinsamen Austausch.

Der Ehrungsabend hat erneut gezeigt, wie vielfältig und lebendig das Engagement im TV Ratingen ist und wie wichtig es ist, besondere Leistungen und Treue zum Verein gemeinsam zu würdigen.

Geehrt wurden:

10 Jahre

Phil Jacob
Paul Henrik Meier
Sarah Meyer
Ben Wedding
Moritz Phillip Bieberstein
Ander Cesarz Mandiola
Yannik Hermann
Anna Hötzel
Robert Timmermann
Emirhan Sinan Yaman
Tuana Yaman
Sebastian Cyrol
Justus Gesche
Johanne Schweiger
Katharina van de Sandt
Levin Weiler
Filippa Krause
Henrik Müllers
Clara Reifenscheid
Malea Bruns
Fabian Göttke

Theo Oberwinster
Leonie Pelz
Frida Thomas
Sarah Melina Tschöpe
Max-Luca Wettberg
Nina Wittke
Fabian Buchwald
Lilly Budeus
Clara Hovermann
Ida Lotte Hülsmann
Gabriel Maksimowski
Alessio Rotondo
Mila Dauchert
Max Lossen
Amélie Lydia Luhn
Jakob Weiß
Enie Werner
Philip Maurmann
Joos Borge Menken
Joshua Plante
Mayra Schimmanz
Anna Stuhmann
Tilda Ditgen
Mila Löbber
Nina Thiele
Liv Ida Weidner
Jakub Wilms
Amelie Brunken
Moris Brunken
Emila Buschhausen
Niklas Dönch
Nele Drozdzik
Julian Hecker
Ankea Kügler
Liselotte Wilke

25 Jahre

Claudia Höller
Doris Lorenzen
Kornelia Schröder
Friedrich Vossen
Ulrike Hiemer

Manfred Langhardt
Roland Siebeck
Evelyn Breitmar
Ulrike Kobek
Doris Langhardt
Nevin Orukoglu
Sabine Polenske
Iris Städtler
Gregor Choinka
Klaus Schröder
Bernd Schuster
Aurelie Germes
Gerlinde Kneblewski
Heinz Mayer
Philipp Kaiser
Timo Suthoff
Marianne Windeck
Udo Birkenstock
Friedel Eichler-Josten
Hans Theo Josten
Christian Plociennik
Alexander Jung

40 Jahre

Ursula Dirks
Manfred Osterkamp
Ingrid Dries
Simone Kepler
Barbara Arndt

50 Jahre

Horst Brandt
Anneliese Kronenberg
Inge Helbig
Renate Dietrich
Wilfried Lange

60 Jahre

Christel Litters
Peter Bollen

80 Jahre

Charly Hempelmann

Übungsleiter

Lea Bertram	10 J.
Dominik Scholl	10 J.
Amelie Speckamp	10 J.
Katharina Westbomke	10 J.
Andreas Wingender	10 J.
Robert Müller	10 J.
Kerstin Wagener	10 J.
Annette Sokolowski	10 J.
Louis Steininger	10 J.
Beate Egert	25 J.
Leonardo Zangara	30 J.
Angela Wagner	20 J.
Kornelia Schröder	20 J.
Hugo van Lil	20 J.
Ursula Willems	20 J.

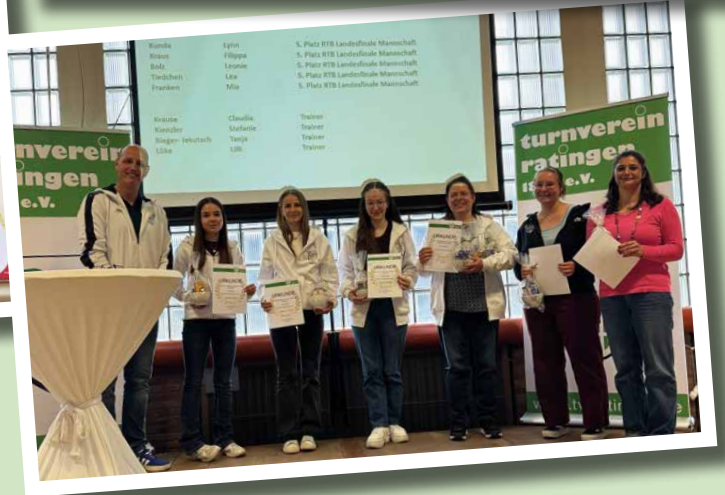
Mitarbeiter

Angela Fühser	10 J.
---------------	-------

Ehrungsabend 2026

TV Ratingen 1865 e.V.





DEUTSCHLANDS BESTE IN RATINGEN



▶ STADTWERKE RATINGEN MEHRKAMPF-MEETING 27. und 28. Juni Weltklasse-Konkurrenz für den Weltmeister

Sander Skotheim und Johannes Erm starten in Ratingen

Leo Neugebauer bekommt es am 27. und 28. Juni beim Stadtwerke Ratingen Mehrkampf-Meeting mit zwei Kontrahenten der Extraklasse zu tun: Europameister Johannes Erm (Estland) und der EM-Zweite Sander Skotheim (Norwegen) fordern den Zehnkampf-Weltmeister im Stadion am Stadionring heraus. Zwei absolute Top-Stars des Mehrkampfes haben ihre Startzusage gegeben. Beide standen nicht nur bei der EM in Rom (Italien) 2024 gemeinsam auf dem Podium, sondern auch bei den Hallen-Weltmeisterschaften 2025 – in umgekehrter Reihenfolge. „Ich freue mich riesig darauf, zum ersten Mal in Ratingen anzutreten“, sagt Johannes Erm, der seine Zehnkampf-Bestleistung vor zwei Jahren bei seinem EM-Triumph auf 8.764 Punkte steigerte. „Ich habe im Laufe der Jahre so viel Gutes über dieses Meeting und seine legendäre Atmosphäre gehört. Es ist ein Wettkampf mit einer langen Tradition und ich freue mich auf ein großartiges Zehnkampf-Wochenende. Ich kann es kaum erwarten, loszulegen!“

Über Ratingen zur EM nach Birmingham

Auch Sander Skotheim, der einige Monate verletzungsbedingt kürzertreten musste, fiebert seinem Ratingen-Debüt entgegen: „Ich kann es kaum erwarten, die Energie des deutschen Publikums in Ratingen zu spüren! Nachdem ich mich von meiner Verletzung erholt habe, bin ich heiß darauf, wieder zu starten“, sagt der 23-Jährige, der vergangenes Jahr mit Bestleistung von 8.909 Punkten beim Mehrkampf-Meeting in Götzis (Österreich) triumphiert hatte. „Mein Team und ich haben hart trainiert – jetzt ist es an der Zeit, das Gelernte unter Beweis zu stellen und herauszufinden, woran wir vor der EM noch arbeiten müssen.“

Beide könnten bei den Europameisterschaften in Birmingham (Großbritannien; 10. bis 16. August) im Kampf um die Medaillen zu den schärfsten Kontrahenten von Weltmeister Leo Neugebauer (VfB Stuttgart) zählen. Einen Vorgeschmack auf die EM-Titeljagd gibt's Ende Juni in Ratingen. Denn auch der Weltmeister hat bereits für das prestigeträchtige Meeting zugesagt und bringt mit seinem Deutschen Rekord von 8.964 Punkten die stärkste Bestleistung im Zehnkampf-Feld mit.

Im Siebenkampf dürfen sich die Fans neben Deutschlands bester Siebenkämpferin Sandrina Sprengel (VfB Stuttgart) auf die zweimalige Weltmeisterin Katarina Johnson-Thompson (Großbritannien) und die Olympia-Dritte von 2021 Emma Oosterwegel (Niederlande) freuen. Karten für das Mehrkampf-Meeting Ratingen gibt's im DLV-Ticketshop.

Mitglieder-Vorteil

Als Mitglied profitieren Sie von einem ermäßigten Eintrittspreis beim Besuch des Mehrkampf-Meetings an der Tageskasse mit Mitgliederausweis.



Zukunftsweisende Berufsausbildungen, interessante duale Studiengänge und Direkteinstiege finden Sie auf unserer Website unter „Stellenangebote“ – einfach Code scannen, informieren und Kontakt aufnehmen. Wir stehen für alle Fragen gern zur Verfügung und freuen uns auf Ihre Bewerbung! www.MitsubishiElectric.de





GERÄTTURNEN
Gemeinsamer Ausflug zum
Feuerwerk der Turnkunst

GERÄTTURNEN
Weiterqualifizierung beim
Einzel-Pokal-Wettkampf

In diesem Jahr hieß die gezeigte Tournee der erfolgreichsten Turnshow Europas VIVA. Artist*innen und Turner*innen von Weltniveau entführten uns mit atemberaubender Akrobatik in eine Welt, die das Leben in all seinen Farben, Klängen und Gefühlen feierte. Es war eine Show voller Kraft, Anmut und Gefühlen, die uns gezeigt hat, dass das Glück oft in kleinen, unerwarteten Augenblicken zu finden ist. VIVA war eine Hommage an all das, was bewegt: an Freude, Leidenschaft und Zusammenhalt. Eine Show zum Lachen und Staunen.

Dieses wertvolle Miteinander durften 17 Turnerinnen des TVR mit Ihren Trainerinnen am 3.1.26 im PSD Bank Dome in Düsseldorf in der Fankurve des Rheinischen Turnverbundes miterleben. Wir alle hatten viel Spaß und werden uns gerne daran erinnern.

*Claudia Krause, Steffy Kienzler,
Tanja Rieger-Jekutsch und Lilli Lüke*



1. Durchgang vlnr oben: Liana Kienzler, Sophia Baumeier, Lea Marie Tiedchen und vlnr unten: Julica Kohlen, Lena Tolksdorf



EUROPAS ERFOLGREICHSTE TURNSHOW

Am Samstag, den 7. März 2026 fand in Velbert der erste Einzelwettkampf des Turnverbandes Mettmann in diesem Jahr statt. Aus unserer Gerätturn-Wettkampfgruppe haben 16 Turnerinnen erfolgreich an diesem Wettkampf teilgenommen. Jede Turnerin musste an allen vier Geräten (Sprung, Stufenbarren, Schwebebalken und Boden) turnen.

Im ersten Durchgang turnten die Mädchen der Jahrgänge 2012 und 2014. Die Jahrgänge wur-

den einzeln gewertet, so dass Sophia Baumeier in ihrem Jahrgang 2012 den 1. Platz, Liana Kienzler den 2. Platz und Lea Marie Tiedchen den 3. Platz erreicht haben. Im Jahrgang 2014 holten Lena Tolksdorf den 2. Platz und Julica Kohlen den 5. Platz.

Im zweiten Durchgang sicherten sich Ella Doege den 2. Platz und Lea Brune den 4. Platz im Jahrgang 2015. Die Turnerin Anna Tolksdorf erzielte den 1. Platz, Mia Koschate den 5. Platz und Ella Schwarzwald den 6. Platz im Jahrgang 2016.

Im dritten Durchgang turnten die Wettkampfgruppen 2008 u.ä., 2010 und 2011 sowie 2017. Lynn Kunda und Filippa Krause turnten in der gleichen Wettkampfgruppe, dabei errang Lynn den 1. Platz, Filippa den 2. Platz und Leonie Bolz erreichte den 3. Platz in ihrer Wettkampfgruppe. Die jüngsten Turnerinnen mit dem Jahrgang 2017 waren auch sehr erfolgreich. Mila Palic erzielte den 1. Platz, Platz 2 ging an Lilly Doege und Platz 5 holte sich Emilie Anger.

Alle 16 Turnerinnen haben sich somit für den Verbandsgruppen-Einzelwettkampf am Samstag, 20. Juni 2026 weiter qualifiziert.

Wir sind sehr stolz auf unsere ehrgeizigen und erfolgreichen Gerätturnerinnen und wünschen Ihnen für den nächsten Wettkampf viel Erfolg!

*Das Trainerteam:
Claudia Krause, Lilli Lücke,
Stefanie Kienzler und Emilia Zielinski*



2. Durchgang vlnr: Ella Schwarzwald, Ella Doege, Anna Tolksdorf, Lea Brune und Mia Koschate



3. Durchgang vlnr oben: Leonie Bolz, Filippa Krause, Lynn Kunda und vlnr unten: Lilly Doege, Mila Palic und Emilie Anger



WO·GE·RA

Ihr Zuhause

... für jung
und alt

Wohnungsgenossenschaft Ratingen eG

Poststraße 34 – 40878 Ratingen
Telefon: 02102 / 9102-0

E-Mail: info@wo-ge-ra.de
Internet: www.wo-ge-ra.de



► EISHOCKEY

Zum Eishockey nach Bangkok? Kann man mal machen!

Nachdem uns unsere Turnierreisen in den letzten Jahren ins europäische Ausland führten, wurde für 2026 mal wieder ein Turnier in einem für Hockey eher exotischen Land anvisiert.

Und so trafen wir uns am Freitag, dem 20.03.2026 mittags am Flughafen und machten uns auf, um uns in Bangkok vom 24.04. bis 28.04.2026 beim „City of Angels Old Timer's Hockey“-Cup mit Mannschaften aus Asien, Australien und Finnland zu messen. Aufgeteilt in die Startgruppen 30+, 40+ und 50+ musste aufgrund des vielen jungen Gemüses in unserem Team bei den 30+ gestartet werden, obwohl unsere ältesten Spieler in einer Sturmreihe auf das biblische Alter von über 180 Jahren kommen würden.

Nach der Ankunft um ca. 13 Uhr Ortszeit (in Bangkok gehen die Uhren 6 Stunden vor) im schönen Novotel Bangkok in der Innenstadt (in Bangkok ist gefühlt alles Innenstadt) mit Pool auf der 9. und Rooftop-Bar auf der 25. Etage wurden schnell die Klamotten auf die Zimmer gebracht. Um dem drohenden Jetlag keine Chance zu geben und den Flug aus den Knochen zu schütteln, wurde sich dann direkt aufgemacht eine bereits vorab gebuchte Poolparty (Danke Max) in der Nähe zu besuchen. Hat geklappt. Bei schönstem Sonnenschein und Drinks auf Gummitieren im Pool bei 38 Grad nahm der weitere Tag seinen Lauf und mit unserem ersten Sonnenuntergang in Bangkok sein Ende.

In den nächsten Tagen wurde diese wirklich aufregende Stadt weiter erkundet. Erwähnt werden müssen hier viele große Einkaufsmalls, schöne Märkte, Chinatown und der unglaubliche Verkehr auf den meist vier bis fünfspurigen Straßen. Eine Fahrt mit einem Tuktuk ist immer auch eine Nahtod-Erfahrung. Auch das leibliche Wohl kam durch Besuche spannender asiatischer Restaurants nicht zu kurz. Zwischendurch war auch immer mal Zeit, in den Genuss echter seriöser Thaimassage zu kommen und sich nachmittags für ein Bierchen am Hotelpool zu treffen.

Am Mittwoch ging es dann morgens sehr früh zur Eishalle, da der Puckdrop für unser erstes Spiel be-

reits für 10 Uhr angesetzt war. Eigentlich nicht zu glauben, dass ein Land, in dem selbst nachts Temperaturen von noch 25 Grad und mehr herrschen, über Eishallen verfügt die, was Kabinen und Technik angeht, besser ausgestattet sind, als manche Eishalle in NRW.

Das erste Spiel konnte dann mühelos mit 11:1 gewonnen werden. Im weiteren Turnierverlauf mussten wir allerdings feststellen, dass der Spielplan uns den schwächsten Gegner zu Beginn zugelost hatte. Das nächste Spiel am Donnerstag wurde 12:3 verloren, so dass zum Erreichen der Endrunde von unseren zwei Spielen am Freitag zumindest eins gewonnen werden musste.

Leider ging das erste Spiel knapp mit 4:2 an den Gegner, so dass das nächste Spiel für uns ein do or die war. Obwohl immer im Rückstand konnten wir mit Glück und Können kurz vor Schluss zum 3:3 ausgleichen. Overtime. Leider verlies uns da das Spielglück und wir gingen mit einer 4:3 Niederlage in die Kabine.

Damit war für uns, was das Hockeyspielen anging, das Turnier beendet. Samstagabend fand dann zum Abschluss in einem gediegenen Hotelambiente noch eine schöne Playerparty statt, bevor wir uns am frühen Sonntagmorgen auf die Rückreise begaben.

Insgesamt ein wirklich toll organisiertes Turnier in einem echt coolen Umfeld. Ein ganz herzliches Dankeschön an den Abteilungsleiter Eishockey und „C“ Frank B. für die wie immer exzellente Organisation vor und während dieser kurzweiligen Woche.

Fazit: Kann man mal machen.

Andreas Bauer





Osteopathie-Praxis Ratingen · Bo Pfeiffer
Konrad-Adenauer-Platz 18 · 40885 Ratingen
Tel. 02102/5793179
info@osteopathiepraxis-ratingen.de
www.osteopathiepraxis-ratingen.de

OSTEOPATHIE-PRAXIS
Ratingen · Bo Pfeiffer

Praxis für Osteopathie, Sport-Osteopathie und Kinder-Osteopathie



▶ JUDO

Jahresauftaktlehrgang der Jiu-Jitsu-Union

Jiu Jitsu einmal anders - diesem Motto wurden die beiden Referenten des Erwachsenenlehrgangs, in jeder Hinsicht gerecht. Dieses Jahr gab es in Ratingen Hösel zum Jahresauftakt einen reinen SV-Lehrgang und dazu noch im SV Gewand. Inhaltlich ging es weniger um technische Feinessen als um das richtige Verhalten rund um den Verteidigungsfall. Ein großer Schwerpunkt des Lehrgangs lag auf dem taktischen und strategischen Verhalten insbesondere auch vor einer Kampfsituation. Eingegangen wurde auf die richtige Positionierung der Hände bei der Verteidigungsstellung, das richtige Distanzverhalten und auch auf die Frage des zuerst Handelns oder des Abwartens. Der Angriff auf empfindliche Körperstellen, die Bedeutung der Kopfkontrolle sowie der Einsatz von Ellenbogen und Knie standen technisch im Mittelpunkt und so beschränkten die beiden Referenten auch hier einmal mehr eher abseitige Wege. In der Summe ergab sich ein runder und das Thema umspannender SV-Lehrgang.

Auf der anderen Matte hatten zwei Trainer, den Nachwuchs der JJUNW bestens im Griff. Hier wurden mit Schlagpolstern enge Räume geschaffen und die Jugendlichen so mit ungewohnten aber realitätsnahen Situationen konfrontiert.

Insgesamt ein sehr gelungener Start in die Lehrgangssaison mit einem Lehrgang, der keine Wünsche offen ließ und Lust auf mehr machte.



Trainer Jojo war mit 2 Erwachsenen und vier Kindern seiner Jugendgruppe dabei.

Jürgen
Saemisch

Sanitär + Heizung

Inhaber: Julian Saemisch

☎ 02102-81575 · Bahnstraße 70 · 40878 Ratingen

- Sanitäre Installation
- Heizungsbau
- Öl- + Gasfeuerung
- Wärmepumpen
- Wartungsdienst



BADMINTON Podium!

Am Ende des 14. Spieltages der Saison 2025/2026 in der Bezirksklasse Süd im Badmintonverband NRW belegte das Badminton-Team des TV einen hervorragenden 3. Platz.

Sah es nach der Hinrunde noch nach einem Platz im Mittelfeld aus, begann pünktlich zur Rückrunde die Aufholjagd. Das Team mit Sebastian Beysiegel, Simone Engel, David Faßbender-Kreß, Michael

Küpper, Sven Liersch, Larissa Reitzer, Dirk Rösen, Christian Schnitzler, Roman Schopphoff, Stephan Schröder, Pia Singh-Kubke und Eva Stork konnte sich nach der Weihnachtspause von Spiel zu Spiel steigern und rang sogar dem späteren Aufsteiger ein 4:4 ab. Eine tolle Leistung!

Bereits in der ersten Saison nach dem Aufstieg in die Bezirksklasse schloss das Team auf einem respektablen 4. Platz ab. Nur ein Jahr später gelang sogar der Schritt aufs „Trepptchen“. Mit diesem Erfolg im Rücken hat sich das Team für die im Herbst beginnende Saison 2026/2027 noch mehr vorgenommen...



LEO'S TOP TEAM DIENSTLEISTUNGEN Gebäudereinigung GmbH

Gebäudereinigung NRW: Seit über 20 Jahren ist LTT – LEO'S TOP TEAM Ihr zuverlässiger Partner vor Ort. Unser inhabergeführtes Unternehmen steht für professionelle Reinigung und Immobilienpflege.

- Langjährige Erfahrungen in der Innen – und Außenreinigung
- Professionelle Glas- und Rahmenreinigung
- Umfassendes Facility-Management

Sie möchten sich von der Qualität unserer Leistungen ein Bild machen, so stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung?

Halskestr. 16 A, 40880 Ratingen
Tel: 02102-41446
info@leostopteam.de





▶ **HANDBALL** **Solide Saison für** **Ratingens 1. Damen**

Die Saison 2025/26 verlief für die 1. Damenmannschaft aus Ratingen insgesamt solide und erfolgreich. Besonders der Start in die Spielzeit machte Hoffnung auf eine außergewöhnlich starke Saison. Die ersten vier Spiele konnten allesamt gewonnen werden, wodurch früh wichtige Punkte gesammelt wurden und sich die Mannschaft direkt in der oberen Tabellenhälfte etablierte.

Im weiteren Verlauf zeigte sich jedoch, dass immer wieder unnötige Punkte gegen vermeintlich schwächere Gegner liegen gelassen wurden. Gerade enge Spiele, in denen eine bessere Chancenverwertung oder mehr Konstanz möglich gewesen wären, verhinderten eine noch bessere Platzierung. Dennoch gelang es der Mannschaft, sich dauerhaft von den Abstiegsrängen fernzuhalten und den Klassenerhalt frühzeitig zu sichern.

Besonders schwer wog die Verletzung von Marisa Kinscheck. Die Spielerin zog sich bereits in der Vorbereitung einen Kreuzbandriss zu und fiel damit für die komplette Saison aus. Auch Jenny Majic stand der Mannschaft nicht wie erhofft wieder zur Verfügung, da sich ihre Knieverletzung länger hinzog als ursprünglich angenommen. Beide Ausfälle waren sportlich und menschlich nur schwer zu kompensieren.

Trotz dieser Rückschläge entwickelte sich die Mannschaft im Laufe der Saison positiv weiter. Vor allem in der Rückrunde zeigte Ratingen stabilere Leistungen und sammelte mehr Punkte als noch in der Hinrunde. Die Entwicklung der Mannschaft war deutlich sichtbar, sowohl spielerisch als auch kämpferisch.

Einen wichtigen Anteil daran hatten auch die Neuzugänge. Mit Anna Quioka sowie Annabell Twellmeyer

kamen Spielerinnen hinzu, die sich schnell integrierten und der Mannschaft zusätzliche Qualität verliehen. Während der laufenden Saison wurde außerdem mit Chiara Sanojca eine neue Torhüterin verpflichtet. Hintergrund war, dass Rebecca Jenzen Nachwuchs erwartet und deshalb pausiert. Die Verpflichtung sorgte dafür, dass die Mannschaft auf der Torhüterposition weiterhin gut aufgestellt blieb.

Vor dem letzten Saisonspiel war noch offen, ob die 1. Damenmannschaft die Saison auf dem fünften oder sechsten Tabellenplatz beenden würde. Am Ende sicherte sich das Team jedoch einen starken vierten Platz. Unabhängig davon fällt das Fazit der Saison äußerst positiv aus. Nach einer Spielzeit mit personellen Rückschlägen, wichtigen Veränderungen und einer sichtbaren Weiterentwicklung kann Ratingen auf eine insgesamt sehr zufriedenstellende Saison 2025/26 zurückblicken.

▶ **HANDBALL** **1. Herren verpassen** **Aufstieg**

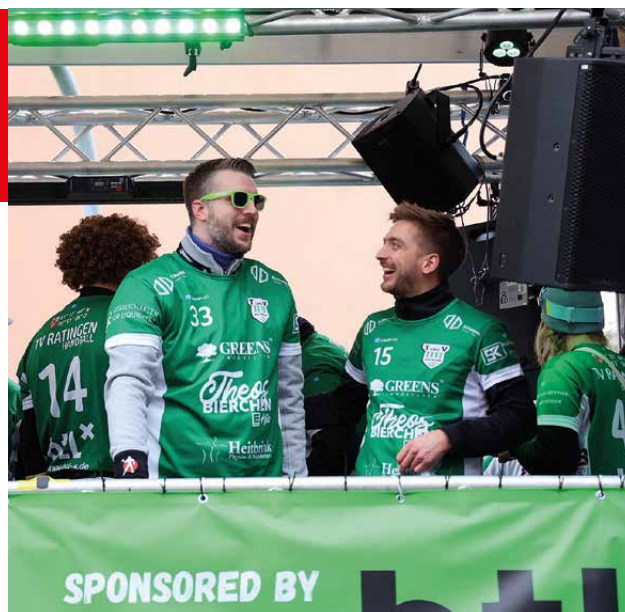
Das Ziel vor der Saison war klar definiert. Der Aufstieg in die Regionsoberliga. In Gruppe 1 erwischte man mit den Bergischen Panther III und BHC III eine starke Gruppe. Durch zwei unnötige Niederlagen gegen SFD Düsseldorf und Wuppertal landete man auf dem 3. Platz. Durch ein Play Off System bestand trotzdem noch die Möglichkeit den Aufstieg zu schaffen. Leider war in Runde 2 von 4 nach einer Niederlage mit 30:35 gegen Mettmann-Sport die Reise zu ende und der Aufstieg wurde somit verpasst. In der Saison 2026/27 wird ein neuer Anlauf genommen den Aufstieg zu schaffen.



HANDBALL
TV Ratingen –
Jeck auf Karneval

Unter dem Motto „TV Ratingen – Jeck auf Karneval“ nahmen wir erneut am Ratinger Rosenmontagszug teil. Mit insgesamt 44 Teilnehmenden aus der Handballabteilung trotzten wir dem Wetter und schunkelten, tanzten und sangen bei ausgelassener Stimmung. Über den gesamten Zugweg hinweg sorgten wir für eine fröhliche Atmosphäre bei den Zuschauern. Alle Beteiligten hatten eine Menge Spaß, und wir freuen uns schon darauf, auch 2027 wieder am Rosenmontagszug teilzunehmen.

Ein großes Dankeschön an alle Helferinnen und Helfer sowie an alle, die das möglich gemacht haben.



CERI Service

www.ceri-service.de
 Tel.: 02102 / 44 77 44

CERI Facility & Personal Service GmbH
 Christinenstraße 5
 40880 Ratingen

- ✓ Gebäudereinigung
- ✓ Grünanlagenpflege
- ✓ Hausmeister Service
- ✓ Hotelvollservice
- ✓ Hygieneartikel
- ✓ Kliniken Service
- ✓ Personal Service



► FECHTEN

Titelregen für die Rateringer Säbelfechter in Bielefeld

Ein äußerst erfolgreiches Turnierwochenende erlebte die Fechtabteilung des TVR am 7./8. März in Bielefeld. Beim 1. Hoch Hinaus Cup, einem Qualifikationsturnier für die Deutschen Meisterschaften, sowie bei den zeitgleich ausgetragenen Nordrhein-Westfälischen Meisterschaften der U17 sammelten die Rateringer Fechterinnen und Fechter insgesamt elf Medaillen – fünfmal Gold, dreimal Silber und dreimal Bronze.

Den größten Erfolg auf Landesebene feierte die U17-Mannschaft des TVR, die sich souverän den Titel bei den Nordrhein-Westfälischen Meisterschaften sicherte. Mit starken Auftritten besiegten die Rateringer Fechter um Gereon Simons, Hannes Carus, Niklas Timke und Jonas Schneider zunächst die Mannschaft der TG Herford deutlich mit 45:29 und ließen anschließend auch der FS Bielefelder TG beim 45:28 keine Chance. Mit dieser geschlossenen Mannschaftsleistung unterstrich das Team eindrucksvoll seine Spitzenstellung in Nordrhein-Westfalen.

Auch beim Hoch Hinaus Cup sammelten die Rateringer zahlreiche Turniersiege. In der Altersklasse U20 der Herren setzte sich Gereon Simons souverän durch und gewann das Finale gegen Tristan Brammer vom FSV Mülheim mit 15:8. Bei der U13 der Damen dominierte Emilia Bujara das Turnier und behielt gegen ihre Finalgegnerin Xenia Krogmann vom ETV Hamburg mit 10:2 klar die Oberhand. Ebenso überzeugend trat Johnny Cui bei der U13 der Herren auf: Im Finale besiegte er Carlo Lehmann vom TSV Bayer Dormagen deutlich mit 10:2. Für den vierten Turniersieg sorgte Jannik Timke in der U11 der Herren, der sich im Finale mit 10:6 gegen Nico Xiang ebenfalls aus Dormagen durchsetzte.

► Platzierungen des TV Ratingen im Einzelnen:

NRW-Meisterschaft der U17-Mannschaften:

1. Platz Herren TV Ratingen

(Gereon Simons, Hannes Carus, Niklas Timke, Jonas Schneider)

Hoch Hinaus Cup:

Herren U11:

1. Platz Jannik Timke, geteilter 3. Platz Moritz Bieberstein und John von Sieg, 6. Platz Lorenz Kraft, 7. Platz Louis Kindt

Herren U13:

1. Platz Johnny Cui

Herren U15:

2. Platz Giovanni La Cognata, 6. Platz Jonas Schneider, 7. Platz Johnny Cui

Herren U17:

9. Platz Hannes Carus, 15. Platz Jonas Schneider

Herren U20:

1. Platz Gereon Simons

Senioren:

2. Platz Tammo Hahn

Damen U11:

8. Platz Yuqinglan Chen

Damen U13:

1. Platz Emilia Bujara, 3. Platz Lara Mekelburg

Damen U15:

2. Platz Clara Schmauck

Damen U17:

7. Platz Julie Bastron

Auch mehrere Silbermedaillen gingen an den TVR. Bei den Senioren erreichte Tammo Hahn nach starken Gefechten das Finale, in dem er sich Jan Ole Hülshörster vom OFC Bonn geschlagen geben musste. In der U15 der Herren lieferte sich Giovanni La Cognata ein hochdramatisches Endspiel mit Jascha Ganse vom TSV Bayer Dormagen und unterlag denkbar knapp mit 14:15. Ebenfalls Silber gewann Clara Schmauck bei der U15 der Damen, die erst im Finale von der Dormagenerin Amilia Mertens gestoppt wurde.

Abgerundet wurde das erfolgreiche Abschneiden durch drei Bronzemedaillen: Moritz Bieberstein und John von Sieg erreichten bei der U11 der Herren jeweils den geteilten dritten Platz, während Lara Mekelburg bei der U13 der Damen ebenfalls aufs Podium kletterte.

Mit dem Gewinn des NRW-Meistertitels in der U17 sowie insgesamt zehn Medaillen beim Hoch Hinaus Cup kehrte die Fechtabteilung des TV Ratingen mit einer starken Bilanz aus Bielefeld zurück. Die Ergebnisse untermauern einmal mehr die große Leistungsbreite der Rateringer Säbelfechter.



FECHTEN

NRW Kids Challenge in Ratingen



Am 25. April richtete die Fechtabteilung des TVR in der Sporthalle an der Philippsstraße bereits zum zweiten Mal eine NRW Kids Challenge aus. Diese Turnierserie wird von verschiedenen Säbelfechtvereinen in Nordrhein-Westfalen organisiert und richtet sich an die jüngsten Altersklassen U9 und U11. Der TVR konnte bei seinem Heimturnier insgesamt 41 Kinder aus Kaarst, Bonn, Mülheim an der Ruhr, Dortmund, Dormagen, Ratingen und sogar aus dem baden-württembergischen Künzelsau begrüßen.

Im Vorfeld der Veranstaltung engagierten sich zahlreiche Helferinnen und Helfer aus dem Verein – Fechterinnen und Fechter ebenso wie Eltern. Es wurde organisiert, dekoriert, eingekauft und gebacken, sodass sich alle Teilnehmer und ihre Familien in Ratingen rundum wohlfühlen konnten.

Den Auftakt machten die jüngsten Fechterinnen und Fechter der Altersklasse U9. Trotz des sportlichen Wettkampfs stand ein fröhliches und faires Miteinander im Vordergrund. Am Ende gab es viele strahlende Gesichter bei der Siegerehrung. Besonders erfolgreich aus Ratinger Sicht waren Leonie Timke, Jad Elidrissi Boutaher und Jasper Hangebrauch: Leonie Timke sicherte sich den ersten Platz bei den U9-Damen, während Boutaher und Hangebrauch in der U9 der Herren die Plätze sechs und sieben belegten.



Auch in der Altersklasse U11 konnten die Nachwuchsfechter des TVR überzeugen. Jannik Timke krönte sich mit einem souveränen Finalsieg gegen Mika Grohmann (10:4) zum Turniersieger. Für zusätzliche Podestplätze sorgten Moritz Bieberstein und Louis Kindt, die jeweils den geteilten dritten Platz belegten. John von Sieg erreichte einen starken fünften Platz, Lorenz Kraft erkämpfte sich den 9. Platz, während Vedhas Hegde mit Rang 13 ebenfalls eine solide Leistung zeigte.

Bei den U11-Damen gingen Greta Richter und Yuqinglan Chen für den TVR an den Start. Sie belegten die Plätze acht und elf und sammelten wertvolle Wettkampferfahrung.



Eine Besonderheit bei diesem Turnier lag auch in der Organisation. So hatte sich Jonas Schneider (U15) im Vorfeld durch Schulungen über Fechten-NRW qualifiziert, die Turnierleitung für die Kids Challenge zu übernehmen. Er hat den Ablauf mit minimaler Unterstützung der Abteilungsleitung geplant und die Turnierleitung übernommen. Wie war das für dich, Jonas? „Zum ersten Mal durfte ich als Turnierleitung die Kids Challenge miterleben. Es war eine intensive Erfahrung, die mir gezeigt hat, wie viel Organisation hinter so einem Wettkampf steckt. Ich freue mich darauf, nächstes Mal wieder dabei zu sein.“

Auch Clara Schmauck (U15) durfte ihr Debut als Kampfrichterin feiern: „Das erste Mal zu jurieren war ein lehrreiches Erlebnis für mich. Es war sehr interessant ein Turnier auch mal aus anderen Perspektiven mit zu erleben. Am Anfang war ich sehr aufgeregt und hatte dieses Kribbeln im Bauch, was bestimmt jeder mal hat, z.B. vor Prüfungen oder Turnieren. Obwohl ich gegen Ende hin ziemlich müde war, hat es viel Spaß gemacht. Würde ich die Chance kriegen, erneut an so einem Ereignis teilnehmen zu dürfen, würde ich es auf jeden Fall machen.“

Alles in allem war die NRW Kids Challenge in Ratingen ein voller Erfolg – geprägt von sportlichem Ehrgeiz, fairen Gefechten und einer gelungenen Organisation. Der TVR blickt bereits mit Vorfreude auf die Ausrichtung weiterer Turniere.



► **SCHWIMMEN** **Ratinger Schwimmer setzen Ausrufenzeichen in Düsseldorf**

Am vergangenen Wochenende fanden, nur eine Woche nach den Osterferien, im Düsseldorfer Rheinbad die Bezirksmeisterschaften im Schwimmen statt. Insgesamt 706 Aktive aus 36 Vereinen gingen an den Start und sorgten für ein stark besetztes Teilnehmerfeld.

Die Schwimmerinnen und Schwimmer des TV Ratingen hatten die Ferien intensiv genutzt und sich in einem Trainingslager gezielt auf diesen Höhepunkt vorbereitet. Auch wenn der Verein mit 35 Aktiven nicht zu den teilnehmerstärksten Teams gehörte, überzeugte die Mannschaft mit beeindruckenden Leistungen.

An zwei Wettkampftagen sammelten die jungen TV Talente insgesamt 15 Goldmedaillen, 16 Silbermedaillen und 10 Bronzemedaillen. Darüber hinaus erreichten sie 63 weitere Top Ten-Platzierungen. Diese starke Bilanz spiegelte sich auch im Gesamtklassament wider: Im Medaillenspiegel belegte der TV Ratingen einen hervorragenden fünften Platz und setzte damit ein deutliches Ausrufezeichen im Bezirk.

Zu den fleißigsten Medaillensammlern gehörte mit fünf Medaillen Jonathan Mannes (2015). Ebenso erfolgreich waren Tilda Ditgen, Annika Winzen und Milena Pfeifer (alle Jahrgang 2014). Milena Pfeifer stand dabei – genau wie Ronja Schlieve (2014) – gleich dreimal ganz oben auf dem Treppchen. Auch Ben Wedding (2014) und Theo Richter (2011) wussten mit jeweils vier Medaillen zu überzeugen. Lena Otten (2009), Max Kampshoff (2009), Tilda Sosanto, Alina Halster und Vincent Schorn (alle 2015) komplettierten die Liste der Medaillengewinner.

Doch auch die weiteren Schwimmerinnen und Schwimmer konnten ihre Trainer Ralf Kastner und Trainerin Monika Baron mit teils hervorragenden Platzierungen überzeugen. „Es können nicht alle auf dem

Podest stehen, erst recht nicht ganz oben. Für uns ist entscheidend, dass die Kinder ihre Trainingsleistung abrufen oder sogar steigern konnten. Das bestätigt unsere Arbeit und den Trainingsaufwand. Die vielen Medaillen zeigen aber natürlich auch die hohe Qualität, die unsere Talente inzwischen erreicht haben“, erklärte Ralf Kastner, verantwortlicher im TV Ratingen.

Monika Baron ergänzte: „Der Schwimmbezirk Rhein-Wupper ist sehr leistungsstark. Sich hier zu behaupten ist nicht leicht. Unsere Schwimmerinnen und Schwimmer sind sich dabei oft selbst die größte Konkurrenz. Davon ist am Beckenrand nichts zu sehen: Unsere Mädels und Jungs unterstützen sich trotz der Konkurrenzsituation alle gegenseitig und freuen sich mit den anderen. Das rundet den Erfolg am Wochenende ab.“

Was die erzielten Zeiten wert sind wird sich in den kommenden Wochen zeigen, wenn feststeht, wer von den TV-Schwimmer/innen auch bei den Landesmeisterschaften im Mehrkampf starten darf. Dort sind nur die 20 besten Kinder pro Jahrgang pro Disziplin aus ganz NRW startberechtigt. „Ich bin guter Dinge, dass wir in Mönchengladbach bei den Landesmeisterschaften mit vielen Athleten an den Start gehen,“ prognostiziert Ralf Kastner. Unabhängig davon hat der TV Ratingen mit seinem Auftritt in Düsseldorf bereits eindrucksvoll unter Beweis gestellt, dass sich die intensive Trainingsarbeit auszahlt und der Verein im Bezirk weiterhin zu den leistungsstärksten Teams zählt.

► **SCHWIMMEN** **Starker Zusammenhalt unter den TV-Schwimmern**

Schwimmen gilt als Individualsportart – dass der Erfolg des Einzelnen jedoch ohne ein starkes Team im Hintergrund kaum möglich ist, zeigte sich einmal mehr beim traditionellen Angrillen des TV Ratingen.

Am 1. Mai endet für einen Teil der Schwimmerinnen und Schwimmer die Saison. Es folgen lediglich noch die NRW- und Deutschen Meisterschaften, bevor das Dumecklemmerschwimmfest traditionell den endgültigen Abschluss bildet. Genau zu diesem Zeitpunkt kommen auf dem Gelände des TV Ratingen alle Aktiven der Wettkampf- und Breitensportgruppen, ihre Familien sowie die Trainerinnen und Trainer zusammen, um sich in ungezwungener Atmosphäre auszutauschen und gemeinsam Zeit zu verbringen.

In diesem Jahr fanden sich rund 130 Teilnehmende auf dem Grillplatz ein. Während die Abteilung die Würstchen spendierte, trugen Eltern und Aktive mit zahlreichen Beiträgen zu einem vielfältigen Buffet bei. So entstand eine große Auswahl, die ebenso wie die vielen Gespräche für eine rundum gelungene Veranstaltung sorgte.

Neben dem geselligen Miteinander nutzten insbesondere die Wettkampfgruppen die Gelegenheit, ihren Trainerinnen und Trainern mit kleinen Präsenten zu danken. Liebevoll formulierte und vorgetragene Worte



sorgten dabei für sichtbare Rührung. Am Ende zeigte sich, was den Verein ausmacht: großer Zusammenhalt, gegenseitige Wertschätzung und eine starke Gemeinschaft im und außerhalb des Beckens.

► SCHWIMMEN

TV Ratingen überzeugt bei NRW-Meisterschaften Lange Strecke in Düsseldorf

Bei den Nordrhein-Westfälischen Meisterschaften der langen Strecken im Schwimmen in Düsseldorf präsentierten sich die Schwimmerinnen und Schwimmer des TV Ratingen in starker Form. Auf der anspruchsvollen 400 m Lagen Distanz sorgten mehrere Athletinnen und Athleten des Vereins für Medaillen, persönliche Bestzeiten und sogar Vereinsrekorde.

Besonders herausragend war die Leistung von Anna Forsbach (Jahrgang 2011). Sie sicherte sich in ihrem Jahrgang souverän den ersten Platz und stellte mit

5:12,00 Minuten zugleich einen neuen Vereinsrekord auf. Damit ließ sie nicht nur ihre Konkurrenz hinter sich, sondern belegte zusätzlich einen starken dritten Platz in der offenen Wertung. Mit dieser Leistung qualifizierte sie sich außerdem für die kommenden Deutschen Jahrgangsmesterschaften in Berlin.

Im gleichen Jahrgang zeigte auch Charlotte Drenker ein starkes Rennen. Mit einer Zeit von 5:18,64 Minuten schwamm sie auf den dritten Platz. Damit standen gleich zwei Schwimmerinnen des TV Ratingen gemeinsam auf dem Siegerpodest, ein besonderer Moment für alle.

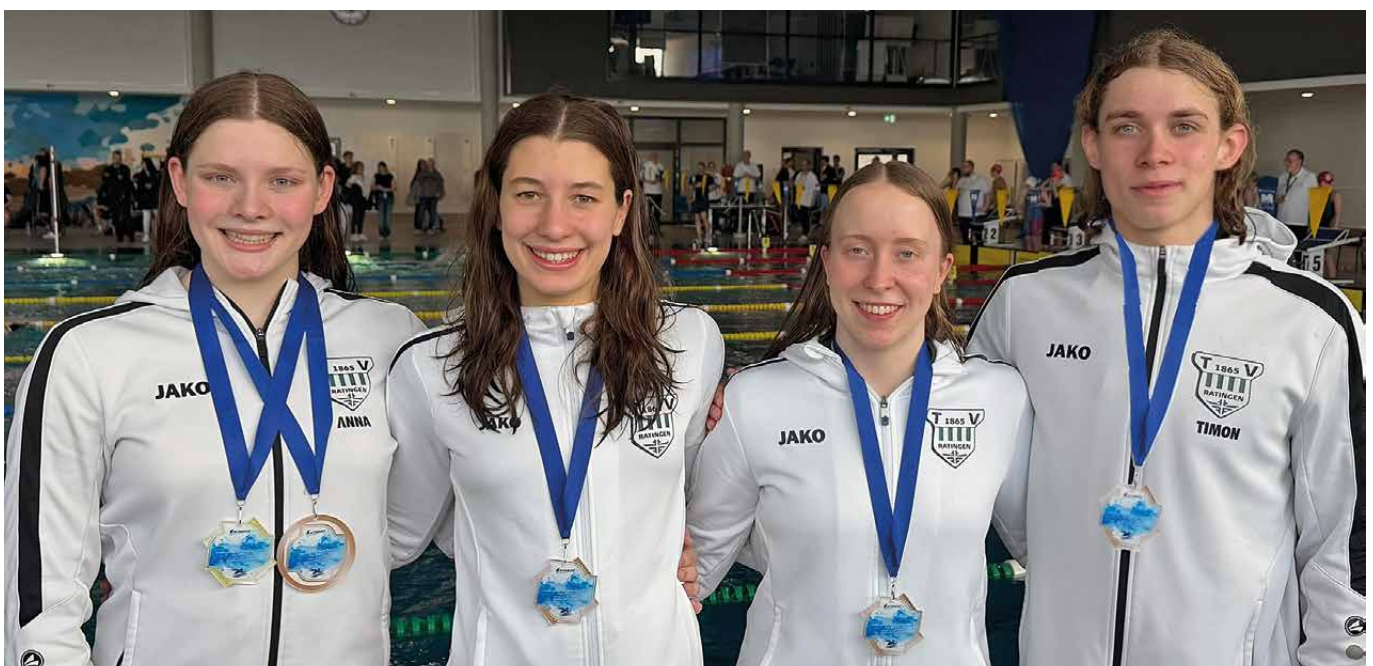
Auch bei den Jungs gab es Grund zur Freude. In einem spannenden und engen Rennen erkämpfte sich Timon Forsbach (2009) die Silbermedaille. Seine Zeit von 4:48,32 Minuten bedeutete ebenfalls einen neuen Vereinsrekord, was seine starke Form eindrucksvoll unterstrich.

Eine weitere Medaille steuerte Lena Otten (2009) bei. Mit einer neuen persönlichen Bestzeit von 4:34,26 Minuten schwamm sie auf den dritten Platz und durfte sich ebenfalls über einen Platz auf dem Siegerpodest freuen.

Einen bemerkenswerten Auftritt zeigte auch Tilda Ditgen. Die Schwimmerin des Jahrgangs 2014 war die jüngste Teilnehmerin des TV Ratingen und absolvierte die 400 m Strecke erstmals bei einem solchen Wettkampf. Mit einer starken Zeit von 5:59,70 Minuten erreichte sie einen hervorragenden vierten Platz und verpasste die Medaille nur knapp. Mit dieser Leistung zeigte sie jedoch bereits, welches Potenzial in ihr steckt.

Die Ergebnisse zeigen deutlich, dass sich das intensive und vielseitige Training beim TV Ratingen auszahlt und die positive Entwicklung aller Sportlerinnen und Sportler weiter voranschreitet.

Viel Zeit zum Feiern bleibt jedoch nicht: Bereits in zwei Wochen richtet sich der Blick auf die nächsten Herausforderungen. Dann stehen die NRW-Meisterschaften über die kürzeren Strecken an, auf die sich das Team nun konzentriert vorbereitet.



LEICHTATHLETIK

Rekord, Normen, Emotionen

Athletinnen glänzen beim EMM-Athletik-Sportfest in Emmerich

Beim 9. internationalen EMM-Athletik-Sportfest in Emmerich präsentierten sich die teilnehmenden Athletinnen und Athleten in starker Form. Das Trainerteam hatte die Veranstaltung ganz bewusst ausgewählt, um von den traditionell hochkarätigen Starterfeldern zu profitieren – eine Entscheidung, die sich am Ende voll auszahlte. Ein Meeting-Rekord sowie insgesamt drei erfüllte Normen für die Deutschen Meisterschaften standen am Ende zu Buche.

Den Auftakt machte Sina Dahmen über die 400-Meter-Distanz. In einem starken Rennen verbesserte sie ihre persönliche Bestleistung um fast eine Sekunde und sicherte sich damit den Sieg in der Altersklasse WJU20. Besonders bemerkenswert: Auch den seit 2019 bestehenden Meeting-Rekord über diese Strecke konnte sie eindrucksvoll unterbieten. Für ein ebenfalls starkes Mannschaftsergebnis sorgten Lea Ost und Helene Onischke (WJU18), die in Saisonbestleistung die Plätze drei und vier belegten.

Im Anschluss richteten sich die Blicke auf Linda Meier (W15). Ihre Trainingsleistungen hatten bereits im Vorfeld darauf hingedeutet, dass sie die Norm für die Deutschen Meisterschaften über die 300 Meter Hürden angreifen könnte. In einem mutigen und bis zum Schluss engen Rennen setzte sie sich schließlich durch. Der Blick auf die Uhr brachte sofort Gewissheit: Die DM-Norm war deutlich unterboten. Damit kann Linda Meier nun ihre Teilnahme an ihren ersten Deutschen Meisterschaften Mitte Juli in Bochum fest einplanen.

Eine weitere Qualifikationsnorm an diesem Tag erreichte Elea Jobst (WJU18). Über 400 Meter Hürden zeigte sie erneut ihre Stärke in dieser Disziplin. Mit mehr als drei Sekunden Vorsprung dominierte sie das Rennen, sicherte sich den Sieg in ihrer Altersklasse und erfüllte souverän die Norm für die Deutschen Meisterschaften. Darüber hinaus erreichte sie auch die Qualifikationsleistung für die U20 – ein eindrucksvolles Ausrufezeichen.

Über die gleiche Strecke ging in der WJU20 Mara Lietz an den Start. In einem stabilen Rennen erzielte sie eine neue persönliche Bestleistung und belegte damit einen starken dritten Platz. Abseits der Laufdisziplinen trat Sarah Speckenbach im Hochsprung der WJU20 an, einer ihrer Lieblingsdisziplinen. Mit einer überzeugenden Leistung sprang sie auf Rang zwei und rundete das erfolgreiche Abschneiden des Teams ab.

Das Trainerteam zeigte sich entsprechend hochzufrieden mit den gezeigten Leistungen. Die intensive Vorbereitung im Trainingslager sowie das ausgearbeitete Trainingskonzept spiegeln sich deutlich in den Ergebnissen wider. So hat der TV Ratingen bereits früh in der Saison vier DM-Normen auf seinem Konto und blickt optimistisch auf die kommenden Wettkämpfe.



Sina Dahmen



Linda Meier



Helene Onischke



Lea Ost



LEICHTATHLETIK

Regionsmeistertitel für Linda Meier durch starken Auftritt bei den Blockmeisterschaften

Mit einem neunköpfigen Aufgebot machten sich die Trainer des TV Ratingen auf den Weg zu den Blockmeisterschaften nach Korschenbroich, um dort einen erfolgreichen Einstieg in die Freiluftsaison zu gestalten. Leider waren einige Athlet*innen im Vorfeld erkrankt. Der Blockwettkampf, eine besondere Form des Mehrkampfs, umfasst je nach Schwerpunkt fünf unterschiedliche Disziplinen und stellt damit vielseitige Anforderungen an die Athletinnen und Athleten.

Für viele der Ratinger Nachwuchstalente war es der erste Start in einem Fünfkampf überhaupt – entsprechend groß war die Spannung, aber auch die Motivation, sich in den verschiedenen Disziplinen bestmöglich zu präsentieren. Ziel war es für alle, mit soliden Leistungen und möglichst neuen Bestmarken in die Saison zu starten.

Besonders im Fokus stand dabei Linda Meier, die bereits im Vorjahr den Sieg im Block Lauf erringen konnte. Für sie ging es in Korschenbroich um nicht weniger als die Zusatznorm für die Deutschen Meisterschaften, die sie benötigt, sofern sie die Qualifikationsleistung über die 300 Meter Hürden erreicht.

Hochkonzentriert und bestens vorbereitet zeigte Linda Meier einen beeindruckenden Wettkampf: In allen fünf Disziplinen stellte sie persönliche Bestleistungen auf und sammelte damit wertvolle Punkte. Am Ende wurde ihr starker Auftritt gleich doppelt belohnt: Mit der erreichten Punktzahl sicherte sie sich nicht nur die Zusatznorm, sondern auch den Titel der Regionsmeisterin im Block Lauf der Altersklasse W15.

Auch die weiteren Ergebnisse der Ratinger Nachwuchsathlet*innen konnten sich sehen lassen und unterstreichen die geschlossene Teamleistung bei diesen Meisterschaften.

Erstmals im Block Lauf startete Nadia Skworonski (W12). Im gesamten Wettbewerb lieferte sie sich ein spannendes Duell mit einer Konkurrentin und wechselte mehrfach die Führung. Am Ende fehlten ihr lediglich 30 Punkte zum Sieg. Über die Silbermedaille freute sie sich dennoch sehr und zeigte sich mit ihrem starken Einstand im Mehrkampf mehr als zufrieden.

Mit Rang sieben schaffte es Leni Peters (W12) im Block Lauf in die Urkundenränge. Ihre Vereinskameradin Mila Helbling kam im gleichen Block auf Rang zehnte. In der Altersklasse W13 erreichte Luise Everts im Block Sprint/Sprung ebenfalls einen Platz unter den besten Acht und wurde Siebte. Auf die Plätze neun und 16 kamen Laura Schleicher und Amelie Sensenbrenner im Block Lauf.

Linda Meier



Nadia Skworonski



Emil Thomas



Für die Jungen gingen in der Altersklasse M14 Malte Hoßbach und Emil Thomas im Block Lauf an den Start. Beide mussten erstmals die längeren Strecken über die Hürden sowie im Sprint bewältigen und sammelten dabei wichtige Wettkampferfahrungen. Malte Hoßbach gelang mit Platz sieben der Sprung in die Urkundenränge, dicht gefolgt von Emil Thomas auf Rang acht.

Insgesamt zeigte das Team des TV Ratingen sehr gute Leistungen in Korschenbroich und das Trainerteam blickt auf einen gelungenen Wettkampftag zurück, der neben starken Einzelleistungen auch vielversprechende Entwicklungen im Nachwuchsbereich erkennen lässt.



▶ LEICHTATHLETIK DM-Ticket gelöst

Ratinger U20-Staffel glänzt zum Saisonstart

Beim Auftakt der Freiluftsaison konnten die U20-Leichtathletinnen des TV Ratingen direkt ein starkes Ausrufezeichen setzen. Bei den Landesmeisterschaften und den darin eingebundenen Regiomeisterschaften in Solingen überzeugten die 4x400-Meter-Staffeln mit einem gelungenen Saisonanstieg.

In der Besetzung Sina Dahmen, Marie Hensel, Elea Jobst und Mara Lietz zeigte die erste Staffel von Beginn an eine geschlossene Mannschaftsleistung. Mit schnellen Wechseln und konstant hohem Tempo gelang es dem Quartett, sich im Vordergrund zu behaupten und direkt im ersten Rennen der Saison die Qualifikationsnorm für die Deutschen Meisterschaften zu unterbieten. In der Landesmeisterwertung belegte das Team einen starken dritten Platz, während es in der Regionsmeisterwertung sogar zu Rang zwei reichte.

Auch die zweite Staffel des TV Ratingen präsentierte sich in guter Form. Lea Ost, Helene Onischke, Maren Freitag und Sarah Speckenbach liefen ein engagiertes Rennen und sammelten wichtige Wettkampferfahrung. Sie belegten in der Landesmeisterwertung den sechsten Platz und erreichten in der Regionsmeisterwertung Rang drei.

Damit gelang dem TV Ratingen ein rundum erfolgreicher Start in die Freiluftsaison, der sowohl die mannschaftliche Geschlossenheit als auch die Leistungsstärke der Athletinnen eindrucksvoll unter Beweis stellte.



▶ LEICHTATHLETIK

Leichtathletik-Nachwuchs überzeugt



12 Finaltickets bei Talentiade gesichert

Der Leichtathletik-Nachwuchs ist erfolgreich in die Freiluftsaison 2026 gestartet. Bei der Talentiade des LVN Nordrhein in Duisburg sicherte sich das junge Team zahlreiche Qualifikationen für das große U12-Finale, das Ende September in Ratingen ausgetragen wird.

Der LVN Nordrhein sucht jedes Jahr im Rahmen seiner Talentiaden die besten Talente der Altersklasse U12. Die jeweils drei Erstplatzierten pro Disziplin erhalten ein Ticket für das Saisonfinale. Genau diese Hürde meisterten unsere Athlet*innen eindrucksvoll: Mit 18 Starterinnen und Startern erkämpfte das Team insgesamt 12 Finalteilnahmen sowie 29 Platzierungen unter den besten acht.

Besonders erfolgreich präsentierte sich Fiona Buhl (W10), die sich gleich drei Finaltickets sichern konnte. Sie wird im Weitsprung, Hochsprung und über die 2000 Meter an den Start gehen. Auch David Ix (M11) überzeugte mit einem starken Auftritt und qualifizierte sich in gleich drei Disziplinen – 30 Meter, Weitsprung und 2000 Meter.

Weitere Erfolge gab es für Jules Kochis (W11), die im Kugelstoßen und Hochsprung nicht zu schlagen war, sowie Lea Brune (W11), die sich mit jeweils zweiten Plätzen im Hochsprung und Ballwurf ebenfalls das Finalticket sicherte. Anton Schurgacz (M11) wird den TV Ratingen im Kugelstoßen und Hochsprung vertreten. Frida Freudenberg (W11) rundet das erfolgreiche Ergebnis mit ihrer Qualifikation im Kugelstoßen ab.

Auch wenn einige Athlet*innen die Qualifikation noch knapp verpassten, zeigte sich das Trainerteam hochzufrieden mit den Leistungen. Die Vielzahl an Top-Platzierungen unterstreicht das große Potenzial der Trainingsgruppe und lässt auf eine erfolgreiche Saison hoffen.

Das große Finale findet Ende September in Ratingen statt und bildet den Höhepunkt der Talentiade-Serie des LVN Nordrhein. Wir werden für diese Veranstaltung des LVN der Ausrichter sein.



LEICHTATHLETIK

**Sieben Tage,
zehn Einheiten –
Erfolgreiche Tage
in Westerstede**

Auch in diesem Jahr reiste in der zweiten Osterferienwoche eine Gruppe von Athletinnen und Trainerinnen ins Trainingslager nach Westerstede. Dort lag der Fokus auf der gezielten Vorbereitung für die kommende Freiluftsaion, insbesondere auf der Verbesserung der Technik.

Die Gruppe profitierte von den gut gepflegten Sportanlagen vor Ort, die optimale Trainingsbedingungen boten. Insgesamt absolvierten die Athlet*innen innerhalb von sieben Tagen zehn intensive Trainingseinheiten mit einer Dauer von jeweils zwei bis zweieinhalb Stunden. Ergänzt wurde das Programm durch Stabilisations- und leichtes Krafttraining sowie einen gemeinsamen Ausflug in den Kletterpark.

Neben der sportlichen Weiterentwicklung zeichnete sich das Trainingslager durch eine sehr gute Atmosphäre und einen starken Zusammenhalt innerhalb der Gruppe aus – sowohl während der Trainingseinheiten als auch darüber hinaus.

LEICHTATHLETIK

**Jedermann -
Sportabzeichenabnahme**



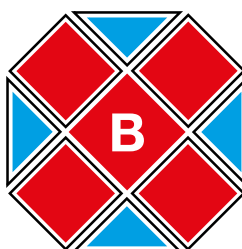
Die Gruppe "Jedermann" feiert zwei außergewöhnliche Leistungen. Joachim Schubert (im Bild links) hat 25 Mal das goldene Sportabzeichen erworben, das Letzte im Alter von 90 Jahren.

Mit 86 Jahren ist Wulf Hollunder (rechts) nicht viel jünger, hat aber im letzten Jahr bereits 60 Mal ohne Unterbrechung diese Auszeichnung erhalten. Herzlichen Glückwunsch!"

Alexander Jung / Trainer der Jedermannen

G. Blumentrath

Feldstr. 41a · 40882 Ratingen
Telefon: 0 21 02 / 83 123



**Fliesenfachgeschäft
Meisterbetrieb
für Fliesenverlegung
und Granitarbeiten**



KISS

Tolle Erfolge für die Hobby Horserinnen des TV Ratingen

Am 19.04.26 machten sich fünf motivierte Hobby Horserinnen des TV Ratingen auf den Weg zum Turnier nach Erkelenz. Bei guter Stimmung und großer Vorfreude gingen sie in den Disziplinen Stilspringen, Zeitspringen und Dressur an den Start und konnten wertvolle Turniererfahrungen sammeln.

Für einige der Teilnehmerinnen war es eines der ersten Turniere überhaupt, entsprechend groß war die Aufregung vor den Starts. Doch alle meisterten ihre Prüfungen mit viel Einsatz, Konzentration und vor allem Spaß am Hobby Horsing.

Auch die Ergebnisse konnten sich sehen lassen:

- Ronja erreichte mit „Star“ im Stilspringen einen guten 9. Platz und zeigte eine harmonische Runde.
- Lotta sicherte sich mit „Black“ im Zeitspringen 30 cm (U6) mit einer schnellen Leistung einen tollen 2. Platz.
- Victoria überzeugte ebenfalls mit „Merline“ im Zeitspringen 30 cm und belegte den 3. Platz.
- Julia startete mit „Cimt“ im Zeitspringen über 50 cm und wurde mit dem 3. Platz belohnt.
- Louisa konnte sich gleich mehrfach behaupten: Im Zeitspringen 30 cm mit „Caballo Carino“ belegte sie den 4. Platz. Besonders erfolgreich war sie in den Reiterwettbewerben – sowohl in der Dressur mit „Asja“ als auch im Springen mit „Caballo Carino“ sicherte sie sich den Sieg und durfte sich über die gelben Schleifen freuen.

Neben den sportlichen Erfolgen stand vor allem das gemeinsame Erlebnis im Vordergrund. Die Gruppe unterstützte sich gegenseitig, feuerte sich an und kehrte am Ende des Tages stolz und zufrieden nach Ratingen zurück.

Der TV Ratingen gratuliert allen Teilnehmerinnen herzlich zu ihren tollen Leistungen und freut sich schon auf das Turnier beim TV Ratingen am 04.07.2026.



KiSS
Unser 2. Hobby Horse
Turnier steht an!

Nach dem erfolgreichen Auftakt im letzten Jahr freuen wir uns, euch auch 2026 wieder zu unserem Hobby Horse Turnier beim TV Ratingen 1865 e.V. einzuladen. Am Samstag, den 04. Juli 2026, verwandelt sich unser Vereinsgelände am Stadionring erneut in einen lebendigen Turnierplatz voller Bewegung, Spaß und sportlichem Ehrgeiz. Der Turnierbeginn ist für ca. 12:30 Uhr geplant. Teilnehmen können sowohl Vereinsmitglieder als auch Gäste. In diesem Jahr erwarten euch drei spannende Wettbewerbe: ein Zeitspringen über 40 cm, ein Zeitspringen über 50 bzw. 60 cm sowie ein Stilspringen über 40 cm.

Die Anmeldung ist seit Mittwoch, den 28. April 2026, über App und Homepage möglich. Nennschluss ist der 21. Juni 2026. Die Zeiteinteilung und Nennbestätigung erhaltet ihr ab dem 22. Juni 2026 per E-Mail. Alle weiteren Informationen findet ihr zudem auf unserer Homepage unter: *Aktuelles* → *Veranstaltungen* → *Hobby Horse Turnier*.

Anmeldung: Mitglieder oder Gäste (kostenpflichtig)
 Ansprechpartner: Sonja Reidenbach
 Telefon: 02102-2096-0 (vormittags)



2. Hobby Horse Turnier
 Sa. 04.07.2025 ab 12:30 Uhr
 auf dem TV Ratingen Gelände
 Anmeldung über die App & Homepage



Wir sind jetzt



Wir sind Ihre Zukunft!

WIR STELLEN IN DIESEN BEREICHEN EIN:

Tiefbau*, Telekommunikation*, Backoffice*, Telekommunikationsbau*, Straßenbau*

*Gilt für alle Geschlechter

WIR BILDEN AUCH AUS!



Telefon: 0800-247 23 83
 bewerbung@circuit.de

Am Stadion 3b
 40878 Ratingen

Wir sind Ihre Zukunft!



KISS

Sport, Spaß und Teamgeist beim Sportmix-Ostercamp 2026

Auch in diesem Jahr war unser Sportmix-Ostercamp wieder ein voller Erfolg und sorgte bei allen Jungsters für strahlende Gesichter, jede Menge Bewegung und viele schöne gemeinsame Momente. Eine Woche lang drehte sich alles um Sport, Spiel und Spaß – und natürlich um das Miteinander, dass unser Vereinsleben so besonders macht.

Bereits am ersten Tag wurde auf unserem Vereinsgelände richtig durchgestartet: Mit sportlichen Kennenlernspielen fiel der Start in die Campwoche leicht und schnell waren alle mittendrin statt nur dabei. Anschließend stand ein abwechslungsreicher Parcours auf dem Programm, bei dem Geschick, Koordination und vor allem jede Menge Freude an der Bewegung

gefragt waren. Nach dem gemeinsamen Mittagessen ging es mit neuer Energie in den nächsten Teil des Tages, der allen noch lange in Erinnerung bleiben dürfte.

Ein weiteres Highlight wartete am Mittwoch in Düsseldorf: Beim Bowlen war nicht nur Konzentration gefragt, sondern auch Treffsicherheit und natürlich eine gute Portion Teamgeist. Mit viel Gelächter, Jubel und kleinen Erfolgsmomenten wurde schnell klar, dass auch abseits des Vereinsgeländes jede Menge Camp-Atmosphäre aufkam.

Zum krönenden Abschluss führte der Weg am Freitag in eine Trampolinhalle. Dort konnten sich die Kinder noch einmal nach Herzenslust auspowern, springen, lachen und die Woche mit einem echten Erlebnis ausklingen lassen. So wurde das Sportmix-Ostercamp zu einer rundum gelungenen Ferienaktion.

Ein herzliches Dankeschön gilt allen, die dieses Camp möglich gemacht haben, sowie unseren engagierten Betreuerinnen und Betreuern, die mit viel Einsatz für eine tolle Woche gesorgt haben. Wir freuen uns schon jetzt auf das nächste Sportmix-Camp und viele weitere gemeinsame Erlebnisse im Verein.





KiSS

Osterturnen mit Ostereiersuche

Ein kunterbunter Nachmittag für unsere jüngsten Mitglieder

Am 7. April 2026 verwandelte sich das Vereinsgelände des TV Ratingen erneut in ein kleines Osterparadies für unsere KiSS-MitgliedsKinder. Bei frühlingshafter Stimmung machten sich die Kinder – ausgestattet mit Körbchen und viel Vorfreude – auf die Suche nach bunten Ostereiern und kleinen Naschereien, die der Osterhase überall auf dem Gelände versteckt hatte.

Zunächst waren die 3-4-Jährigen an der Reihe: Pünktlich um 15:00 Uhr durchstreiften sie neugierig jede Ecke des Vereinsgeländes, bevor im Anschluss die 5–6-Jährigen um 16:00 Uhr mit ihrer eigenen Ostereiersuche starteten. Sträucher, Beete und versteckte Winkel wurden genau untersucht, bis wirklich jedes Ei und jeder Schokohase gefunden war. Am Ende konnten alle Kinder stolz ihre gefüllten Körbchen präsentieren – begleitet von strahlenden Gesichtern und fröhlichem Kinderlachen.

Nach der erfolgreichen Suche ging es für beide Altersgruppen in die Turnhalle, wo eine liebevoll aufgebaute Bewegungslandschaft auf die kleinen Sportlerinnen und Sportler wartete. Die 3-4-Jährigen nutzten von 15:30 bis 16:30 Uhr die vielfältigen Stationen, anschließend gehörte die Halle von 16:30 bis 17:30 Uhr den 5-6-Jährigen. Klettern, Balancieren, Springen, Schwingen und Kriechen standen auf dem

Programm, ergänzt durch kleine Spiele, bei denen Fantasie und Teamgeist gefragt waren.

Die Kinder konnten nach Herzenslust toben, neue Bewegungserfahrungen sammeln und ihre motorischen Fähigkeiten spielerisch weiterentwickeln – ganz im Sinne unseres KiSS-Konzepts, das Freude an Bewegung und kindgerechten Sport in den Mittelpunkt stellt. Das Osterturnen mit Ostereiersuche war auch in diesem Jahr ein voller Erfolg und zeigte einmal mehr, wie sich Sport, Spiel und traditionelle Bräuche zu einem besonderen Erlebnis für unsere jüngsten Mitglieder verbinden lassen.





**KiSS
Kinderkarnevalszug
in Lintorf**

**Olympischer Glanz beim RaKiKa:
Der TV Ratingen 1865 e.V. beim
Kinderkarnevalszug in Lintorf**

Am Sonntag, den 15. Februar 2026, war der Turnverein Ratingen 1865 e.V. stolz darauf, erneut mit einer großen Gruppe am Kinderkarnevalszug in Ratingen-Lintorf teilnehmen zu können. Mit 50 Kindern aus unseren verschiedenen Sportabteilungen war die Begeisterung riesig, dieses närrische Ereignis gemeinsam zu erleben.

Unser großer Karnevalswagen war auch in diesem Jahr ein echter Blickfang. Passend zum sportlichen Geist des Vereins stand unsere Teilnahme diesmal unter dem Motto „Olympische Winterspiele“. In dicker Winterkleidung, mit Skibrillen und den grünen Vereins-T-Shirts inklusive offizieller Startnummern, zogen unsere jungen Athleten die Aufmerksamkeit der zahlreichen Zuschauer entlang des gesamten Zugwegs auf sich.

Trotz der winterlichen Kostümierung herrschte auf dem Wagen eine begeisterte und ausgelassene Stimmung. Mit passender Musik sorgten die Kinder für eine fröhliche Atmosphäre und luden die Jecken am Straßenrand zum Mitsingen und Feiern ein. Die Mitgliedskinder hatten sichtlich viel Spaß und zeigten vollen Einsatz beim Werfen von reichlich Kamelle an die begeisterten Zuschauer.

Ein besonderer Dank gilt unseren Wagenengeln und Betreuern, die durch ihren Einsatz für einen reibungslosen und sicheren Ablauf gesorgt haben. Ohne die tatkräftige Unterstützung der vielen Helfer wäre ein solches Projekt nicht möglich.

Die Teilnahme am RaKiKa war erneut eine wunderbare Gelegenheit, unseren TVR zu repräsentieren und ein tolles Gemeinschaftserlebnis für Groß und Klein. Dieser Tag war ein weiteres Highlight in unserem Vereinskalender und zeigt einmal mehr, wie lebendig und vielfältig unser Vereinsleben in Ratingen ist.

In diesem Sinne:
[Olympische Winterspiele - Helau!](#)
[Kinderkarneval - Helau!](#)
[TV Ratingen - Helau!](#)





OPR

Orthopädische
Privatpraxis
Ratingen



Kompetenz und Erfahrung in der
Orthopädischen Privatpraxis Ratingen

Unsere Leistungen

- Konservative Behandlung der Wirbelsäule
- Eigenbluttherapie (PRP) & Hyaluronsäuretherapie
- Stoßwellentherapie
- Akupunktur
- Chirotherapie
- Osteopathie
- Naturheilverfahren
- Superinduktive Magnetspulentherapie

Sprechzeiten

Mo – Fr 07.30 – 13.00 Uhr
Mo + Mi 14.30 – 18.00 Uhr
Do 15.00 – 19.00 Uhr
Und nach tel. Vereinbarung

Dr. med. Tim Adams
Hauser Ring 10, 40878 Ratingen
Telefon 02102 / 148 161 0
info@orthopaede-ratingen.de
www.orthopaede-ratingen.de



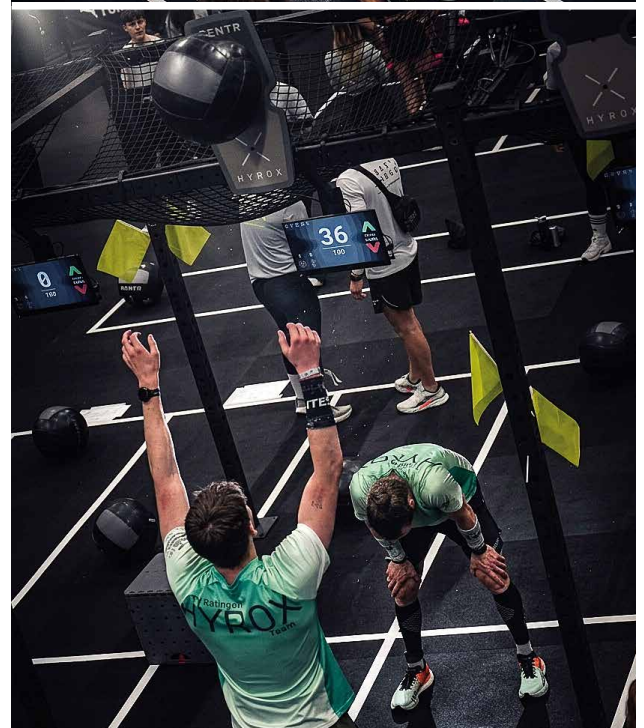
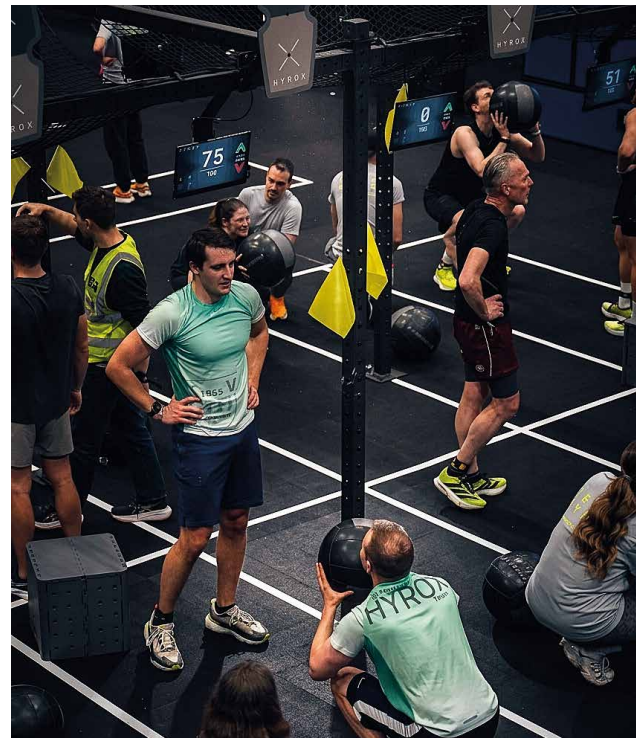
FUNCTIONAL HYROX Köln

Mit mehr als 40 Athletinnen und Athleten reiste der TV zur Fibo nach Köln. Die weltweit führende Messe für Fitness, Wellness und Gesundheit war erneut Schauplatz für insgesamt 13.000 Sportbegeisterte, die an 4 Wettkampftagen an ihre persönlichen Grenzen gingen und für unvergessliche Momente sorgten. Die große Gruppe des TV fiel in der Messehalle sofort auf. Die mintgrünen Shirts und die optisch passende Flagge stachen in der großen Masse sofort ins Auge und sorgten für viele bewundernde Blicke. „Ihr seid aber ganz schön viele“ war ein Satz, der an dem Wochenende mehr als nur ein Mal fiel. Genau das ist es, was Hyrox im TV Ratings so besonders macht – die große Community, die sich immer und überall gegenseitig unterstützt. Gemeinsam vorbereiten, gemeinsam kämpfen, sich gemeinsam und gegenseitig anfeuern und anschließend gemeinsam die Erfolge feiern. Eben diese Community sorgt dafür, dass der TV auf Vereinsebene der größte Hyrox Anbieter Deutschlands ist. Nicht nur auf den Events, sondern auch in den Kursen merkt man dies immer wieder sehr deutlich. Die Nachfrage ist nach wie vor ungebrochen und steigt immer weiter an. Jede Woche geben unsere Mitglieder alles, um sich zu verbessern und weiter an sich zu arbeiten.

Das monatelange und schweißtreibende Training machte sich auch in Köln mehr als bezahlt. Viele tolle Ergebnisse, einige persönliche Bestleistungen und

erfolgreiche Debüts standen am Ende auf der Ergebnisliste. Noch im Ziel stand für unsere Debutanten bereits fest: dieser erste Wettkampf wird nicht der letzte gewesen sein. Noch in diesem Jahr bietet sich hierfür die perfekte Gelegenheit. Vom 11. bis zum 15. November wird das Finessevent zum ersten Mal in Düsseldorf gastieren. Nicht etwa in der Messe, wie normalerweise üblich, sondern in der Merkur Spielarena. Dort, wo sonst die Profis von Fortuna Düsseldorf vor zehntausenden Menschen auflaufen, werden Mitte November Schlitten geschoben, Kettlebells getragen, Wall Balls geworfen und Runden gelaufen. Das einzige Stadionevent Deutschlands hat bereits kurz nach der Ankündigung für große Wellen in der Fitnessszene gesorgt, sodass man sich sicher sein kann, dass dies ein ganz besonderes Event wird.

Bis dahin werden wir weiter Gas geben, um auch in Düsseldorf mit einer großen Gruppe für tolle Ergebnisse und ein unvergessliches Event für alle Beteiligten zu sorgen.





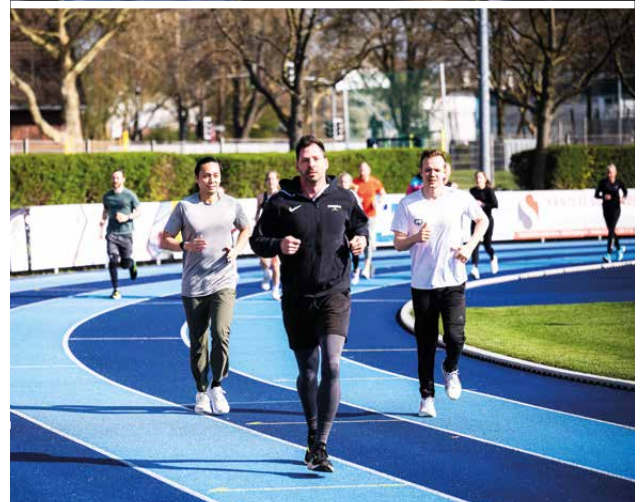


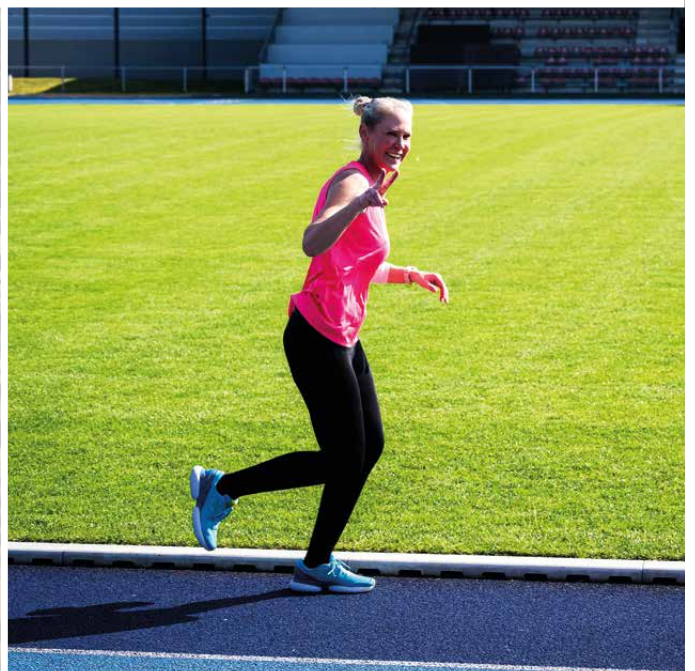
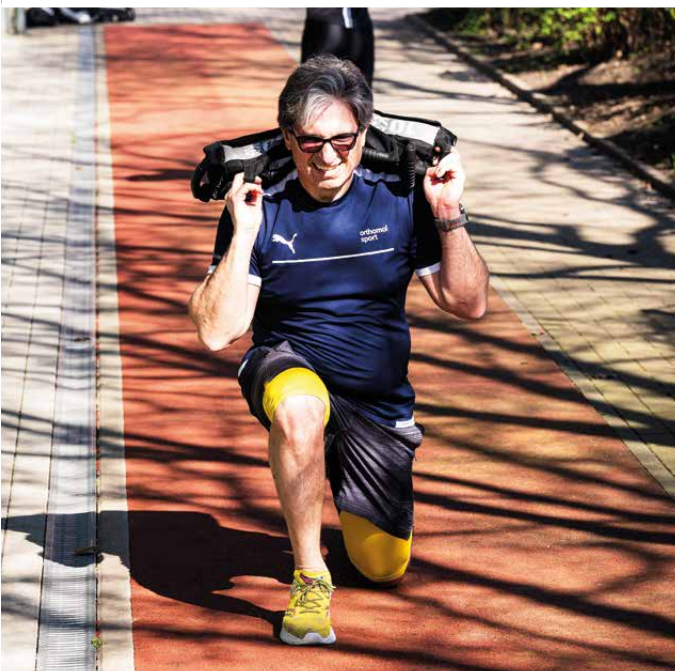
FUNCTIONAL HYROX Workshop mit Weltrekordlerin Tina Görz

Tina Görz ist keine Unbekannte im TV Ratingen. Die sympathische HYROX Athletin, die bereits in ihrer Jugend in der Leichtathletikabteilung im TV aktiv war, stand im März zum wiederholten Male in der Sparkassenarena, um ihre Expertise weiterzugeben. Knapp 50 begeisterte Mitglieder und Externe kämpften sich durch das schweißtreibende Workout, das die mehrfache Weltrekordhalterin für den Tag ausgearbeitet hatte. Besonders mit dem Blick auf das zwei Wochen später stattfindende HYROX Rennen in Köln waren alle Beteiligten hoch motiviert, sich letzte Tipps und Taktiken einzuholen, um bestens vorbereitet an den Start zu gehen.

Die regelmäßig stattfindenden Workshops sind eine tolle Möglichkeit, von einer der Größen dieses Sports zu profitieren. Mit diesen besonderen Highlights fördern wir nicht nur die sportliche Entwicklung unserer Athletinnen und Athleten, sondern sorgen auch immer wieder für eine schöne Abwechslung und ein einmaliges Communitygefühl.

Aufgrund der großen Nachfrage und der immer wieder sehr positiven Resonanzen aller Beteiligten, steht bereits jetzt schon fest, dass auch im kommenden Herbst der nächste Workshop mit Tina Görz auf unserem Gelände stattfinden wird - passend zur Vorbereitung für das HYROX Event in Düsseldorf (11. Bis 15. November).





FITNESSGYMNASTIK

Selbstverteidigung

HALT! STOPP! LASSEN SIE MICH IN RUHE!!

...Wenn es so aus über 20 Kehlen selbstbewusst und bestimmt aus der Turnhalle Poststraße schallt, steckt kein Übergriff auf die „Montagsfrauen“ des TV Ratingen dahinter, sondern eine Trainingseinheit zum Thema „Selbstverteidigung“ mit Jojo.

Im Rahmen des Fitnesskurses „Sportlich älter werden (Frauen)“ hatte Übungsleiterin Uli wieder einmal etwas Besonderes für uns organisiert. Zwei Trainingseinheiten Selbstverteidigung, zugeschnitten auf uns: ab Ü60, weiblich und - dem Motto unseres Kurses entsprechend - ganz schön sportlich.

Die erste Trainingseinheit fand im Clubraum des TV statt. In bequemer Alltagskleidung und Sportschuhen waren wir wohl alle gespannt, was uns erwarten würde. Jürgen „Jojo“ Wiediger, Trainer im TV Ratingen und im TV Hösel, stellte sich kurz vor. Seine 72 Jahre sieht man ihm wirklich nicht an, schlank, sportlich, beweglich, 4facher Schwarzgurtträger in verschiedenen Kampfsportarten, aktiver Trainer, u.a. für die Polizei und jetzt für uns!

Dann ging es auch schon los. Wir trainierten für die brenzlichen Situationen, in die wir hoffentlich nie geraten, um im Falle eines Falles nicht ratlos und unsicher zu agieren oder vielleicht genau das falsche Verhalten an den Tag zu legen.

Es gab gute Tipps, wie einem drohenden Angriff möglichst aus dem Weg gegangen werden kann, was selbstverständlich die erste Wahl ist. Und auch Hilfe herbeirufen will gelernt sein. Wenn es dennoch zu einem körperlichen Übergriff kommt, dienen gekonnte Techniken dazu, sich schnell und ohne großen Kraftaufwand aus der Situation zu befreien und dabei eigene Verletzungen zu vermeiden. Unsere Übungsleiterin Uli übernahm die Rolle der unerschrockenen Angreiferin und Jojo demonstrierte die Verteidigung gegen Umklammerungen und Attacken mit und ohne Waffen aller Art. Uli kam ganz schön ins Schwitzen, hatte auch hin und wieder Bodenkontakt, ließ aber alles, nur nicht locker. Natürlich waren wir nicht zum Zugucken da, sondern es wurde geübt mit viel Spaß und großem Körper- und Stimmeinsatz.

Die zweite Trainingseinheit, wenige Tage später in der Turnhalle Poststraße, war ebenso gut besucht wie die erste. Diesmal vermittelte Jojo uns unter anderem den Umgang mit einem Kubotan. Es handelt sich dabei um einen kurzen Stab, der als Schlag- oder Druckverstärker benutzt wird. Er kann als Schlüsselanhänger getragen werden und gilt nicht als Waffe im Sinne des Waffengesetzes. Richtig eingesetzt, kann man sich sehr effizient damit verteidigen.

Wir haben in den Stunden viel von Jojo gelernt. Vor allem, dass es nicht viel Kraft, aber einiges an Übung und Routine braucht, um einer bedrohlichen und aufregenden Ausnahmesituation mit der richtigen Tech-

nik zu entkommen. Deswegen haben wir vor, das Gelernte im Rahmen unseres Fitnesskurses immer wieder einmal aufzufrischen.

An Selbstverteidigung besonders Interessierte können natürlich auch an einem TV Kurs mit Jojo teilnehmen: Jeden Dienstag in der Anne-Frank-Schule. Warum nicht mal „Schnuppern“ gehen?

FITNESSGYMNASTIK

Der Mensch lebt nicht vom Sport allein!

Am Sonntag, den 8. Februar 2026, entschlossen sich 14 Mitglieder der Sportgruppe von Uli Böttcher nach Essen ins Aalto-Musiktheater zu fahren, um einen außergewöhnlichen Tanzabend zu erleben:

Tanzhommage an Queen

Die meisten Teilnehmerinnen erlebten zum ersten Mal eine Vorstellung im Aalto-Theater. Sie scheuten die Anfahrt mit der S-Bahn nicht, oder mit dem eigenen Auto oder in einer Fahrgemeinschaft. Auch wenn alle Freddy Mercury, seine Rockband und seinen unverwechselbaren Sound kannten und nicht aufgehört hatten, ihn zu bewundern, ließen sich diese Junggebliebenen (Durchschnittsalter 77 Jahre !!!) voller Elan mutig auf ein ihnen unbekanntes Ballett-Abenteuer ein.

Alle Anwesenden sahen ein Tanzstück, das den Spagat klassischer Bewegungen mit der unbändigen Kraft von Freddy Mercurys zeitloser Musik wagten, einen Abend, der Ausdruck der Verehrung für eine der erfolgreichsten Rockbands aller Zeiten darstellte.

Die Tänzerinnen und Tänzer griffen den Rhythmus und die Emotionalität der Musik auf, übersetzten sie in kraftvolle Sprünge und expressive Bewegungen, als hätte die Schwerkraft für sie andere Regeln und damit spiegelten sie die Vielschichtigkeit von F. Mercurys Kompositionen wider.

Die vertrauten Songs wie ... We Will Rock You ... We want to live forever ... Bohemian Rhapsody ... erhielten auf der Bühne eine neue Sprache - nicht nur gesungen, sondern auch fulminant getanzt. Und wir, das Publikum, erlebten eingängige Melodien, lyrische Liebeslieder, ironische Rocknummern und F. Mercurys strahlende Stimme. Spitzentanz und Rockmusik trafen zusammen und das Publikum dankte allen Mitwirkenden mit einem langanhaltenden Applaus.

Am Ende der Vorstellung wollten wir, die Junggebliebenen, den Abend gemeinschaftlich ausklingen lassen. Für einen gemütlichen „Ausklang“ bot sich das nahe gelegene Sheraton-Foyer bestens an.

Das Wortspiel: Der Mensch lebt nicht vom Sport allein, wurde mit diesem Abend tatsächlich erfahrbar.

Ingeborg Münzberg (Montagsgruppe „Fitnessgymnastik“ 19:30 Uhr bis 21:00 Uhr)



STUDIO

Sommercup 2026

Sei dabei und starte deine Reise ab dem 6. Juli!

Auch in diesem Jahr heißt es wieder: Bewegung, Motivation und jede Menge Spaß beim Sommercup 2026! Unser beliebtes Studio-Event geht in die nächste Runde – und diesmal wartet ein komplett neues Spielkonzept auf euch.

Unter dem Motto „Aufbruch – Expedition – Schatzjäger“ begeben ihr euch auf eure ganz persönliche Fitnessreise. Auf eurer Schatzkarte erwarten euch 15 abwechslungsreiche Aufgaben pro Level, die ihr ganz flexibel in eurem eigenen Tempo absolvieren könnt. Egal ob Kraft, Ausdauer, Kurse oder kleine Alltags-Challenges – ihr entscheidet selbst, wann und wie ihr eure Aufgaben meistert.

Für jede erfüllte Aufgabe sammelt ihr Stempel – und wer seine Karte voll hat, sichert sich mindestens zwei Lose für unsere große Tombola. Danach geht es direkt weiter mit der nächsten Herausforderung!

Das große Finale:

Die Sommercup-Abschlussfeier findet am Freitag, den 11. September ab 17.00 Uhr am Stadionring 5 statt. Eingeladen sind alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer des Sommercups. Freut euch auf eine tolle gemeinsame Zeit und spannende Gewinne bei unserer Tombola – mit etwas Glück gehört einer der Preise euch! Auch für Essen und Getränke wird gesorgt sein.

Also: Karte schnappen, loslegen und Teil des Sommercups werden.

Wir freuen uns auf euch!
Euer Studio-Team

TV MED

Jetzt neu beim TV MED: Reha+

Gezielter Kraftsport für mehr Lebensqualität

Ein aktiver, selbstbestimmter Alltag bis ins hohe Alter braucht vor allem eines: Kraft. Denn durch gezielten Kraftsport werden Muskeln aufgebaut und gestärkt, die im Alltag unverzichtbar sind – sei es beim Heben, Tragen, Treppensteigen oder für eine stabile Körperhaltung. Genau hier setzt das neue Reha+ Angebot des TV MED an – mit strukturier-tem Krafttraining an modernen Trainingsgeräten als sinnvolle Ergänzung zum klassischen Rehasport.

Ab sofort können Rehasportler zusätzlich zu ihrem gewohnten Kurs ein gezieltes Gerätetraining in Form einer 5er-Karte hinzubuchen. Das Angebot ist bewusst so aufgebaut, dass keine Vorerfahrung im Gerätetraining notwendig ist und eignet sich daher besonders gut für Einsteiger.

Zum Einstieg erfolgt eine ausführliche Bestandsaufnahme (Anamnese) sowie eine persönliche Einführung in die Geräte im Rahmen einer 1:1-Betreuung. Die Übungen und Trainingsgeräte werden individuell ausgewählt und exakt auf die jeweiligen Beschwerden und Ziele abgestimmt.

Im Anschluss startet das eigentliche Reha+ Training: In kleinen Gruppen durchlaufen die Teilnehmer unter Anleitung eines Gesundheitstrainers einen Gerätezirkel. Trainiert wird vor allem die Rumpfmuskulatur – also Rücken und Bauch – aber auch Arme, Schultern und Beine werden gezielt gekräftigt.

Aktuell sind noch freie Plätze verfügbar:

**Montags um 12:30 Uhr und
dienstags um 12:00 Uhr.**

Interessierte können sich direkt in der Physiotherapiepraxis des TV MED melden oder per E-Mail an reha@tv-ratingen.de. Nach der Anmeldung wird ein Termin für die individuelle Einweisung vereinbart.



▶ TV MED

Starker Rücken – leichterer Alltag

Warum Muskelkraft der Schlüssel zu mehr Selbstständigkeit ist

Am 24.03.2026 durften wir in unserem Verein einen spannenden und praxisnahen Vortrag unserer Physiotherapeutin Josephine Werner erleben. Im Mittelpunkt stand ein Thema, das uns alle betrifft – unabhängig vom Alter: Wie bleiben wir möglichst lange selbstständig, beweglich und aktiv? Die klare Antwort lautete: durch gezieltes Training und den Erhalt unserer Muskelkraft.

Viele Menschen verbinden einen starken Rücken vor allem mit Schmerzfreiheit. Das stimmt – aber er bedeutet weit mehr. Ein kräftiger Rücken, stabile Beine und eine gute Rumpfmuskulatur bilden die Grundlage für fast alles, was wir im Alltag tun.

Muskelkraft bedeutet Lebensqualität

Mit zunehmendem Alter baut der Körper ohne regelmäßige Bewegung Muskelmasse ab. Das ist ein natürlicher Prozess – aber kein unausweichliches Schicksal. Wer seine Muskulatur trainiert, kann diesem Abbau aktiv entgegenwirken.

Warum ist das so wichtig? Weil Muskelkraft direkt darüber entscheidet, wie leicht oder schwer uns alltägliche Dinge fallen:

- **Treppen steigen**, ohne bei jeder Etage pausieren zu müssen
- **Einkäufe tragen**, ohne dass Taschen zur Belastungsprobe werden
- **Vom Stuhl aufstehen**, ohne sich abstützen zu müssen
- **Spaziergänge genießen**, statt frühzeitig erschöpft zu sein

- **Mit den Enkeln spielen**, auf den Boden gehen und wieder sicher aufstehen
- **Im Haushalt aktiv bleiben**, statt Hilfe zu benötigen

Kurz gesagt: Kraft erhält Freiheit.

Ein starker Rücken schützt und unterstützt

Besonders die Muskulatur rund um Rücken, Bauch und Becken sorgt dafür, dass wir aufrecht bleiben, Bewegungen kontrollieren und Belastungen besser abfangen können. Sie stabilisiert die Wirbelsäule und hilft, Fehlhaltungen sowie Überlastungen vorzubeugen. Wer regelmäßig trainiert, profitiert häufig von:

- weniger Rückenbeschwerden
- besserer Haltung
- mehr Gleichgewicht und Sicherheit
- geringerem Sturzrisiko
- mehr Energie im Alltag
- höherem Wohlbefinden

Bewegung ist keine Frage des Alters

Ein besonders wichtiger Punkt des Vortrags: Es ist nie zu spät, mit Training zu beginnen. Muskeln lassen sich in jedem Lebensalter aufbauen und stärken. Schon kleine, regelmäßige Einheiten zeigen Wirkung. Dabei muss es nicht immer Hochleistungssport sein. Entscheidend ist die Kontinuität:

- gezielte Kräftigungsübungen
- Gymnastik
- funktionelles Training
- Spaziergänge mit bewusstem Tempo
- Treppen statt Aufzug
- Übungen mit dem eigenen Körpergewicht

Wichtig ist, dass die Übungen sinnvoll ausgewählt und korrekt ausgeführt werden – idealerweise unter fachlicher Anleitung.



Selbstständig leben – so lange wie möglich

Viele Menschen wünschen sich, im Alter in den eigenen vier Wänden wohnen zu bleiben, Entscheidungen selbst zu treffen und unabhängig zu sein. Muskelkraft ist dafür ein entscheidender Baustein. Wer sich sicher bewegen kann, bleibt länger mobil, braucht weniger Unterstützung und gewinnt Lebensqualität.

Unser Fazit aus dem Vortrag

Der Vortrag unserer Therapeutin hat eindrucksvoll gezeigt: Ein starker Rücken ist weit mehr als nur ein gutes Körpergefühl. Er erleichtert den Alltag, schenkt Sicherheit und hilft dabei, das Leben aktiv zu gestalten.

Deshalb unser Appell an alle Mitglieder – auch an diejenigen, die beim Vortrag nicht dabei sein konnten:

Bleibt in Bewegung. Jede Übung zählt. Jeder Schritt zählt. Jeder Muskel, den wir erhalten, unterstützt uns morgen.

Denn ein starker Rücken schenkt mehr Leichtigkeit im Alltag – heute und auch morgen.

► Ihr habt orthopädische Beschwerden oder möchtet gezielt unter fachlicher Anleitung trainieren?

Im TV Med bieten wir individuelles Training und professionelle Betreuung durch Physiotherapeut:innen und Sporttherapeut:innen – kompetent, persönlich und gesundheitsorientiert. Sprecht uns gerne an oder informiert euch unter: www.tv-ratingen.de/de/physiopraxis/



„Unsere Physiotherapeutin Josephine Werner gab uns wertvolle Tipps und praktische Impulse für einen gesunden Rücken.“



TV MED



**Praxis für Physiotherapie &
medizinische Trainingstherapie**

Termine nach Vereinbarung unter:

☎ 02102 / 209615

✉ physio@tv-ratingen.de



► NACHHALTIGKEIT Achtsam genießen

Workshop zu bewusstem Genuss und gesunder Lebensweise beim TV Ratingen

Auch in diesem Jahr fand beim TV Ratingen erneut der Workshop „Achtsam genießen“ in unserem Fitnessstudio statt – ein Format, das bereits im vergangenen Jahr auf große Resonanz gestoßen ist und nun erfolgreich fortgeführt wurde. Im Mittelpunkt stand erneut die Frage, wie wir im Alltag bewusster mit Ernährung, Genuss und unserem eigenen Körper umgehen können, ohne dabei auf Lebensfreude zu verzichten.

Der Workshop verband praktische Impulse mit alltagsnahen Informationen und zeigte eindrucksvoll, dass gesunde Ernährung kein Verzichtsprogramm ist, sondern vielmehr eine Einladung, bewusster zu wählen und zu genießen. Passend dazu konnten die Teilnehmenden auch gesunde Snacks probieren, die direkt vor Ort angeboten wurden und die Inhalte des Workshops geschmacklich erlebbar machten.

Bewusst essen statt nebenbei konsumieren

Ein zentrales Thema war das achtsame Essen. Oft nehmen wir Mahlzeiten im schnellen Alltag kaum wahr – zwischen Terminen, unterwegs oder nebenbei. Im Workshop wurde deutlich: Wer sich Zeit nimmt, isst nicht nur langsamer, sondern auch bewusster. Geschmack, Sättigungsgefühl und die eigene Körperwahrnehmung treten wieder stärker in den Vordergrund. Kleine Veränderungen können hier bereits viel bewirken, zum Beispiel:

- Mahlzeiten ohne Ablenkung einnehmen
- bewusst kauen und schmecken
- Hunger- und Sättigungssignale wahrnehmen
- sich Zeit für Pausen nehmen

Genuss und Gesundheit in Einklang bringen

Ein weiterer Schwerpunkt lag auf der Frage, wie gesunde Ernährung alltagstauglich und genussvoll gestaltet werden kann. Dabei wurde deutlich: Es geht nicht um strenge Regeln, sondern um eine ausgewogene Balance.

Frische, saisonale Lebensmittel, eine abwechslungsreiche Auswahl und ein bewusster Umgang mit Portionsgrößen können bereits einen großen Unterschied machen – ohne dass der Genuss zu kurz kommt.

Kleine Schritte mit großer Wirkung

Die Teilnehmenden erhielten zahlreiche praktische Anregungen, wie sich Achtsamkeit und gesunde Gewohnheiten leicht in den Alltag integrieren lassen. Dabei wurde betont, dass nicht Perfektion das Ziel ist, sondern Kontinuität und Bewusstsein.

Schon kleine Veränderungen im täglichen Verhalten können langfristig zu mehr Wohlbefinden führen – körperlich wie mental.

Ein Workshop mit nachhaltigem Ansatz

„Achtsam genießen“ fügt sich in das ganzheitliche Gesundheits- und Nachhaltigkeitsverständnis des TV Ratingen ein. Der Workshop zeigt, dass Gesundheit nicht nur im Training oder in der Bewegung entsteht, sondern auch im täglichen Umgang mit Ernährung, Stress und Selbstfürsorge.

Fazit

Der Workshop hat erneut verdeutlicht: Achtsamkeit beginnt im Kleinen – und wirkt im Großen. Wer bewusster isst und genießt, stärkt nicht nur seine Gesundheit, sondern auch sein allgemeines Wohlbefinden.

Ein großes Dankeschön an die beiden Dozentinnen Sandra Möller und Alexandra Habet!



Sandra Möller und Alexandra Habet führten durch den Workshop



NACHHALTIGKEIT Dreckwegtag 2026


Super Aktion – und was für ein starkes Zeichen für unsere Stadt!

Am Samstag, den 28.02.2026, hieß es wieder: Ärmel hochkrempeln und gemeinsam anpacken beim Dreck-weg-Tag in Ratingen, zusammen mit dem Verein Ratingen.nachhaltig. Was sollen wir sagen? Es war ein voller Erfolg! Viele engagierte Helfer*innen haben Straßen, Wege und Grünflächen von Müll befreit und damit gezeigt: Nachhaltigkeit beginnt direkt vor der eigenen Haustür. Jeder gesammelte Sack Müll ist ein Beitrag für mehr Lebensqualität in unserer Stadt.

Ein riesiges DANKE an alle, die mitgemacht haben, ob groß oder klein, ob mit Handschuhen, Greifzange oder einfach mit guter Laune! – Gemeinsam bewegen wir was!



Vodafone
Shop Ratingen
Inh. Marcus Meloefski
Am Alten Steinhaus 4
40878 Ratingen
Together we can





präsentiert

TV Open Air

SAVE THE DATE!

17. Juli 2026

Stadionring 5, 40878 Ratingen

Live-Band & DJ | Party | Beachvolleyball
Grill & Snacks | Cocktailwagen | Freier Eintritt

FÜR JUNG & ALT

► TV RATINGEN OPEN AIR

**Neues Konzept,
noch mehr Stimmung!**

Am 17.07.2026 ab 17:00 Uhr ist es wieder soweit: Das TV Ratingen Open Air findet auf unserem Vereinsgelände statt. Die Veranstaltung steht für Sport, Musik und ein geselliges Miteinander – und ist ausdrücklich für die gesamte Stadt geöffnet.

Ob aktiv mitmachen, Musik genießen oder einfach einen Sommerabend in guter Gesellschaft verbringen – für alle ist etwas dabei.

Wir freuen uns auf einen gemeinsamen schönen Abend mit vielen Besucherinnen und Besuchern.

Das Programm:

- Musik vom DJ und Live-Auftritt der Brass Band „die Hammer“
- Sportliche Mitmachangebote wie Beachvolleyball und weitere Aktionen
- Essen und Getränke zu fairen Preisen, organisiert von unseren Abteilungen



Karriere beim TV Ratingen 1865 e.V.

Der Turnverein Ratingen 1865 e.V. sucht Verstärkung für verschiedene Bereiche.

Werde Teil unseres Teams und gestalte mit uns einen bewegten Alltag für Kinder, Familien und Sportbegeisterte!

Erzieher*in – Bewegungskindergarten

Deine Aufgaben:

- Betreuung und Förderung unserer Ü3-Kinder
- Gestaltung eines bewegungsorientierten Kita-Alltags
- Planung und Durchführung pädagogischer Angebote
- Zusammenarbeit im engagierten Team
- Kommunikation mit Eltern

Dein Profil:

- Ausbildung als Erzieher*in oder vergleichbare Qualifikation
- Freude an Bewegung und der Arbeit mit Kindern
- Teamgeist, Eigeninitiative und Verantwortungsbewusstsein

Pädagogische Fachkraft – Gebrüder-Grimm-Schule

Deine Aufgaben:

- Begleitung einer rhythmisierten Ganztagsklasse
- Unterstützung im Schul- und OGS-Alltag
- Durchführung von Bewegungs-, Freizeit- und Kreativangeboten
- Teilnahme an Teamsitzungen und Fortbildungen

Dein Profil:

- Ausbildung als Erzieher*in oder vergleichbare Qualifikation
- Freude an der Arbeit mit Grundschulkindern
- Teamfähigkeit, Flexibilität und Zuverlässigkeit
- Interesse an Fort- und Weiterbildungen

OGS-Leitung – Gebrüder-Grimm-Schule

Deine Aufgaben:

- Organisation der Ganztags- und Ferienangebote
- Leitung des OGS-Teams
- Zusammenarbeit mit Schule, Träger und Stadt
- Weiterentwicklung des „bewegten Ganztags“
- Mitarbeit im rhythmisierten Ganztags
- Einkauf und Verwaltung von Materialien

Dein Profil:

- Studium der Sozialen Arbeit, Pädagogik oder vergleichbare Qualifikation
- Erfahrung in der Arbeit mit Schulkindern
- Idealerweise Leitungserfahrung
- Interesse an einem bewegten Ganztagskonzept

Physiotherapeut*in – TV Med

Deine Aufgaben:

- Individuelle Behandlung und Befunderhebung
- Betreuung von Patienten und Kleingruppen
- Zusammenarbeit mit Sportwissenschaftlern und anderen Abteilungen

Dein Profil:

- Staatlich anerkannter Physiotherapeutin
- Interesse an Sporttherapie und Gesundheitssport
- Organisationsstärke, Flexibilität und Kommunikationsfähigkeit

Wir bieten:

- Arbeiten in einem familiären Umfeld mit kurzen Entscheidungswegen
- Einzigartiges Konzept durch Anbindung an den Sportverein
- Gestaltungsspielraum und Mitwirkung an der Weiterentwicklung
- Betriebliche Altersvorsorge, Jobrad
- Nutzung des gesamten Vereinsangebotes inklusive Fitness-Studio

Kontakt: Claudia Erwes-Sidar, Stadionring 5 40878 Ratingen, info@tv-ratingen.de



turnverein
ratingen
1865 e.V.

Freiwilliges soziales Jahr

MACH DEIN FSJ BEIM TV RATINGEN

Du bist sportbegeistert, arbeitest gerne mit Kindern und Jugendlichen und möchtest ein Jahr voller Action, Verantwortung und persönlicher Weiterentwicklung erleben? Dann bist du bei uns genau richtig! Unser Großsportverein sucht motivierte Freiwillige für ein Freiwilliges Soziales Jahr (FSJ) ab September 2026.

Was erwartet dich?

- Abwechslungsreiche Aufgaben: Unterstütze unsere Trainer:innen bei Sportangeboten, plane und organisiere Events wie Turniere oder Ferienfreizeiten, oder bring dich in der Vereinsverwaltung ein.
- Praxisnahes Arbeiten: Mindestens die Hälfte deiner Zeit verbringst du direkt mit Kindern und Jugendlichen – sei es beim Training, in Schulen oder bei Wettkämpfen.
- Neue Perspektiven: Du lernst nicht nur den Vereinsalltag kennen, sondern kannst auch deine eigenen Ideen einbringen und dich kreativ entfalten.

Deine Vorteile

- Lizenz erwerben: Während deines FSJ kannst du die Übungsleiter-C-Lizenz machen und an weiteren Fortbildungen teilnehmen.
- Orientierungsjahr: Nutze das FSJ als Übergang zwischen Schule und Beruf, um herauszufinden, was dir liegt.
- Teamgeist erleben: Arbeite in einem motivierten Team und entwickle soziale Kompetenzen, die dir auch später helfen werden.
- Taschengeld inklusive: Für deinen Einsatz erhältst du ein monatliches Taschengeld.

Das bringst du mit

- Spaß an sportlichen Aktivitäten
- Freude am Umgang mit Kindern und Jugendlichen
- Offenheit für neue Herausforderungen
- Mindestalter: 17 Jahre

Werde Teil des TV Teams!

Ein FSJ bei uns ist mehr als nur ein Jahr – es ist eine Chance, etwas zu bewegen, neue Freunde zu finden und wertvolle Erfahrungen zu sammeln.
Bewirb dich jetzt und starte dein Abenteuer im Herbst 2026!

Bewerbung & Informationen:
info@tv-ratingen.de

www.tv-ratingen.de



FSJ STELLENAUS-SCHREIBUNG

**TopJob Messe –
Freiwilligendienste
hautnah erleben**

Am 3. März 2026 war der TV Ratingen auf der Top-Job Messe in Ratingen vertreten – einer wichtigen Plattform für alle, die nach dem Schulabschluss ihren Weg ins Berufsleben finden wollen. Besonders Schülerinnen und Schüler aus Ratingen und Umgebung nutzten die Gelegenheit, sich am Messestand unseres Vereins über die vielfältigen Möglichkeiten eines Freiwilligendienstes im Sport zu informieren.

Mit viel Begeisterung und Engagement betreuten unsere aktuelle FSJlerin Emilia und unsere BFDlerin Lea den Stand des TV Ratingen. Die beiden standen den Besucherinnen und Besuchern Rede und Antwort und gaben authentische Einblicke in ihren spannenden Alltag im Kinder- und Jugendsport.

„Ich hätte nie gedacht, dass ich in meinem FSJ so viel Eigenverantwortung übernehmen darf – von Sportstunden über Ferienaktionen bis hin zu Projekten mit Schulen“, erzählt Emilia begeistert. „Man lernt unglaublich viel fürs Leben, besonders im Umgang mit Kindern und im Team.“

Auch Lea zieht eine positive Zwischenbilanz ihres Freiwilligendienstes:

„Mir gefällt besonders, dass jeder Tag anders ist. Ob im Kindergarten, in der Sporthalle oder bei Veranstaltungen – man erlebt ständig Neues und merkt, wie viel Freude man Kindern durch Bewegung schenken kann.“

Das große Interesse der Messebesucher zeigte deutlich: Ein Freiwilligendienst beim TV Ratingen ist nicht nur ein spannender beruflicher Einstieg, sondern auch eine wertvolle persönliche Erfahrung.

Wer ab September 2026 selbst Teil unseres Teams werden möchte, kann sich jetzt für ein Freiwilliges Soziales Jahr (FSJ) oder einen Bundesfreiwilligendienst (BFD) bewerben. Der TV Ratingen bietet ein abwechslungsreiches Jahr voller Bewegung, Verantwortung und Teamgeist – mitten im größten Sportverein der Stadt!

Weitere Informationen und Bewerbungsdetails finden Interessierte auf unserer Website unter www.tv-ratingen.de bei den Stellenangeboten.



Schwaab
Fenster · Türen

Büro: Am Westbahnhof 36
Produktion: Sandstr. 44
40878 Ratingen
Tel. 02102 - 913805
info@schwaab-fenster.de

schwaab-fenster.de

Ansprechpartner

Badminton

Simone Engel / Dirk Rösen
badminton@tv-ratingen.de

Basketball

Ralf Kastner
basketball@tv-ratingen.de

Budo

Geschäftsstelle
info@tv-ratingen.de

Eishockey

Frank Bannert
mail@frank-bannert.de

Fechten

fechten@tv-ratingen.de

Fitnessstudio

Daniel Weber
Tel. gesch. 02102-2096-20
fitnessstudio@tv-ratingen.de

Fitness und Gesundheit

Lena Kreft
Tel. gesch. 02102-2096-28
lena.kreft@tv-ratingen.de

Functional

Nick Schloßer
Tel. gesch. 02102-2096-20
nick.schlosser@tv-ratingen.de

Fußball

N. N.
Tel. gesch. 02102-2096-0
info@tv-ratingen.de

Gerätturnen

Geschäftsstelle
geraeteturnen@tv-ratingen.de

Handball

Beate Egert
beate.egert@handballratingen.de

Hockey

hockey@tv-ratingen.de

Jugendfitness

Nick Schloßer
Tel. gesch. 02102-2096-20
fitnessstudio@tv-ratingen.de

Kinder- und Schülersport / Ogata

Sonja Reidenbach
Tel. gesch. 02102-2096-22
sonja.reidenbach@tv-ratingen.de

Leichtathletik

Petra Lauret
leichtathletik@tv-ratingen.de

Move´n Dance Company

Natalie Hollweg
tanzen@tv-ratingen.de

Reha

Kim Kothe
Tel. gesch. 02102-2096-14
reha@tv-ratingen.de

Schwimmen

Ralf Kastner
Tel. gesch. 02102-2096-23
ralf.kastner@tv-ratingen.de

Studiokurse

Lena Kreft
Tel. gesch. 02102-2096-28
lena.kreft@tv-ratingen.de

Tischtennis

Andreas Schramm
Tel. mobil 0162-6249289
tischtennis@tv-ratingen.de

Trendsport

Ralf Kastner
Tel. gesch. 02102-2096-23
ralf.kastner@tv-ratingen.de

Volleyball (Beachvolleyball)

Geschäftsstelle
volleyball@tv-ratingen.de

Kindergarten

Helena Casalino
Tel. gesch. 02102-2096-24
helena.casalino@tv-ratingen.de

TV MED

Simone Kleinadel
Tel. gesch. 02102-2096-15
physio@tv-ratingen.de

TERMINE 2026

27. / 28. Juni 2026

Stadtwerke Ratingen
Mehrkampf-Meeting

17. Juli 2026

TV OpenAiR

11. September 2026

Sommercup des Fitnessstudio

Vorstand

Vorstandsvorsitzende

Claudia Erwes-Sidar
Tel. gesch. 02102-2096-25
ces@tv-ratingen.de

Stv. Vorsitzende

Lena Kreft
Tel. gesch. 02102-2096-28
lena.kreft@tv-ratingen.de

Stv. Vorsitzende

Brigitte Neidenberger
Tel. mobil 0175-9551488
brigitte.neidenberger@tv-ratingen.de

Stv. Vorsitzender

Stefan Scheumann
Tel. mobil 0172-2934429
stefan.scheumann@tv-ratingen.de

Mitglieder des Präsidiums

Sven Pallessen
Präsident
Tel. 0172-2520373

Thomas Oberwinster
Vizepräsident
Tel. 01556-5477034

Michael Droste

Rüdiger Matyssek

Claudia Pocha

David Uhr

Datenschutzbeauftragter

Diplom-Wirtschaftsinformatiker
Heinz Nikolaus
(Datenschutzauditor (TÜV) und Exter-
ner Datenschutzbeauftragter (TÜV))
heinz.nikolaus@renovatio.me

Verwaltung

Geschäftsstelle

Julina Stolle
Tel. gesch. 02102 2096-21
julina.stolle@tv-ratingen.de

Petra Lauret
Tel. gesch. 02102-2096-0
petra.lauret@tv-ratingen.de

Heike Kniebeler
Tel. gesch. 02102-2096-26
heike.kniebeler@tv-ratingen.de

Hausmeister

Tobias Schlicht
Tel. mobil 0151-74525701

Archiv

Günther Breitenfeldt
Tel. 02102-842967

Impressum

Herausgeber und Verlag
Turnverein Ratingen 1865 e.V.,
Stadionring 5, 40878 Ratingen,
Tel. 02102-2096-0

Satz & Layout
Michael Joppe

Druckerei
Füsgen GmbH & Co.KG

Auflage
5000 Exemplare, erscheint 4x jährlich.
Der Bezugspreis ist im Mitgliedsbeitrag
enthalten.

Redaktionsleitung: Claudia Erwes-Sidar

nächster Redaktionsschluss: 01.09.2026
nächstes Erscheinungsdatum: Oktober 2026

Geschäftsstelle TV Ratingen

Stadionring 5 · 40878 Ratingen
Tel. 02102-2096-0 · Fax 02102-2096-10
info@tv-ratingen.de · www.tv-ratingen.de

Geschäftszeiten:

Mo. 08.00 - 13.00 Uhr & 14.00 - 19.00 Uhr
Di. 08.00 - 13.00 Uhr & 14.00 - 16.00 Uhr
Mi. 08.00 - 13.00 Uhr & 14.00 - 16.00 Uhr
Do. 08.00 - 13.00 Uhr & 14.00 - 16.00 Uhr
Fr. 08.00 - 13.30 Uhr

TV MED

Stadionring 5 · 40878 Ratingen
Tel. 02102-2096-15
physio@tv-ratingen.de

Fitnessstudio

Kokkolastr. 3 · 40882 Ratingen
Tel. 02102-209620
fitnessstudio@tv-ratingen.de

Studiozeiten

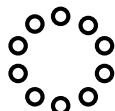
Mo. - Fr. 07.00 - 22.00 Uhr
Sa. - So. 08.30 - 18.30 Uhr

Bankverbindung

Sparkasse Hilden-Ratingen-Velbert
IBAN: DE02 3345 0000 0042 1900 17
BIC: WELADED1VEL

Spendenkonto

Sparkasse Hilden-Ratingen-Velbert
IBAN: DE47 3345 0000 0042 1359 54
BIC: WELADED1VEL



Mitglied im
Freiburger Kreis Arbeitsgemeinschaft größerer
deutscher Sportvereine



Mehr als nur ein Glücksmoment.

Weil Sport uns alle verbindet,

sind wir in der Sportförderung vor Ort und landesweit die Nummer 1. Das ist gut für den Sport, gut für Sportler und die Vereine in unserer Region.
www.sparkasse-hrv.de

Weil's um mehr als Geld geht.



Sparkasse
Hilden • Ratingen • Velbert