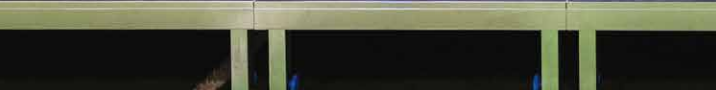


► TV Ratingen Auszeichnung für unser Engagement im Bereich Nachhaltigkeit



Foto: Donna und der Blitz/RENN.west



Echt. Gut. Leben.



Wir sind da – jeden Tag!

Für Ihre Lebensqualität.



VORWORT

Marion Weißhoff-Günther

Vorstandsvorsitzende



Liebe Mitglieder,

2024 nähert sich dem Ende. Wenn Sie dieses TV-Info in den Händen halten ist Weihnachten kurz bevor und die Tage, die zum Jahr 2024 gehören, sind gezählt.

2024 war ein aufwühlendes Jahr.

Sport braucht Raum – Sportraum!

Und das kann uns die Stadt Ratingen gerade gar nicht durchgängig bieten.

Hallensperrungen stehen auf der Tagesordnung. Das ist keine Ausnahme mehr, sondern so langsam irgendwie an der Tagesordnung. Dazu lesen Sie mehr im Innenteil des Infos.

2025 rückt näher und wir freuen uns auf ein „kleines Jubiläumsjahr“. 160 Jahre wird unser moderner Verein und wir wollen im Jahr gerne mit kleinen Aktionen über das Jahr unser Jubiläum begehen.

Stolz sind wir auf unsere Wettkampfsportabteilungen, die mal wieder mit viele Engagement tolle Leistungen erbracht haben. Und das unter oft widrigen Training-Umständen. Es ist schon beachtenswert,

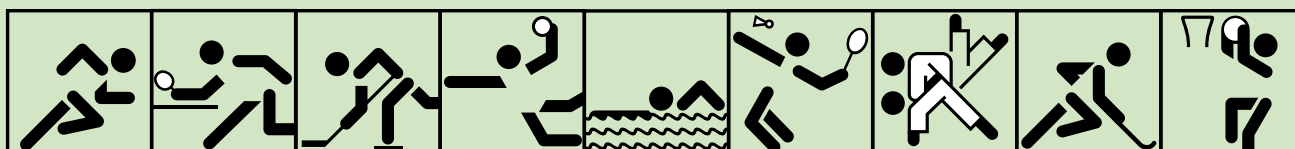
dass unsere Fechter so tolle Leistungen auf nationaler und internationaler Ebene abliefern. Und das, obwohl ihre Trainingsstätte immer mal wieder gesperrt wurde, weil z.B. das Dach undicht war und das Wasser die Wand runter lief. Mittlerweile ist die Halle wegen Flüchtlingsunterbringung komplett für den Sportbetrieb gesperrt und sie mussten mal wieder umziehen.

Doch wir lassen uns nicht entmutigen und sind weiterhin mit viel Energie dabei, das Bestmögliche für unsere Mitglieder zu organisieren. Nicht immer einfach, aber einfach kann jeder.

Wir wünschen allen Mitgliedern und ihren Familien friedvolle Weihnachten und freuen uns auf ein spannendes Jahr 2025. Mit viel Sport für die Gesundheit und das Wohlbefinden. Mit tollen Leistungen unserer tollen Sportler*innen.

Wir freuen uns auf weiteres Jahr mit Euch!

Herzlichst Eure/Ihre
Marion Weisshoff-Günther



Inhalt

03 Vorwort	10 Gerätturnen	22 FSJ
04 Blickwinkel	14 Fechten	23 Functional
05 160 Jahre TV R	17 Feriencamps	26 Termine / Öffnungszeiten
06 Auszeichnung Nachhaltigkeit	18 Leichtathletik	Weihnachten & Neujahr
08 Nachhaltigkeit beim TV R	20 Move'n Dance	

BLICKWINKEL

Aus unserer Sicht

Aufwühlende Wochen standen uns ins Haus. Da Thema der sanierungsbedürftigen Turnhallen in Ratingen ist ja immer mal wieder Thema in der Öffentlichkeit. Wie unsere Mitglieder am eigenen Leib erfahren durften, betraf uns die Problematik im Oktober und November ganz besonders.

Die Turnhalle Berlinerstr. ist seit geraumer Zeit gesperrt. Wasserschaden und Schimmelbildung haben eine Nutzung unmöglich gemacht. Gott sei Dank hatten wir dort nicht viele Gruppen. Wir haben die Gymnastikdamen zu uns in den Stadionring geholt. Dort haben sie es warm und gemütlich und können sicher ihren Gesundheitssport betreiben. Wir haben den Plan ein wenig zusammengedrückt und den Platz für die Gruppe geschaffen.

Die Halle Philippstr. ist für den Ballsport gesperrt. Seit langer Zeit. Dort waren die Volleyballer untergebracht und zwei Herrenballgruppen. Das mussten wir ummodellern, denn irgendwie macht Volleyball ohne Ball keinen Sinn. Also einmal ummodellern, andere Halle suchen mit Gruppen zu ähnlichen Zeiten und Halle tauschen. Gesagt – getan. Haben alle wunderbar mitgemacht.

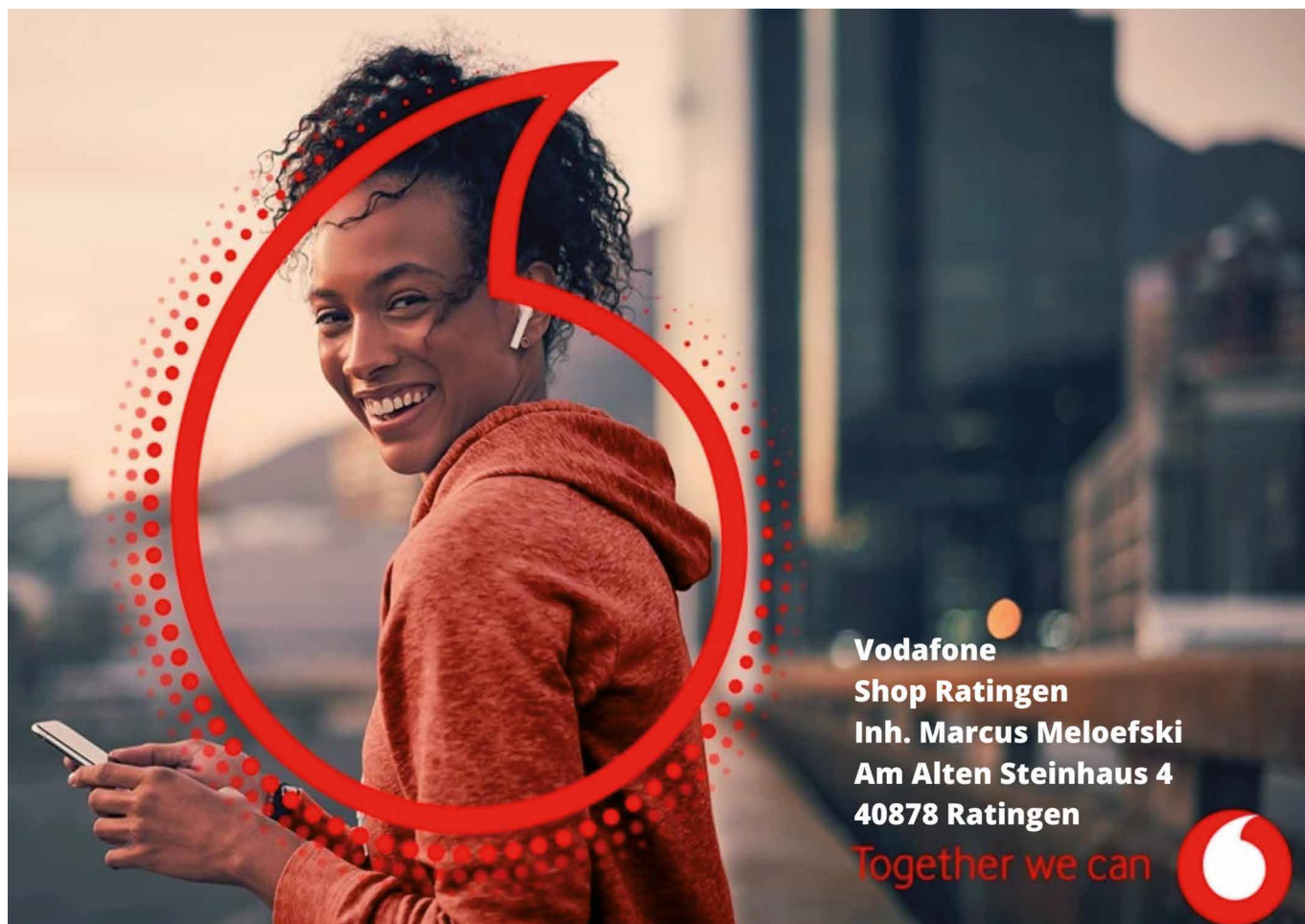
Die Halle Europaring, eine Dreifach-Halle ist komplett gesperrt, aber hier der Grund zumindest positiv. Die Halle wird saniert. Unsere Handballer warten sehnsüchtig auf die Fertigstellung ihrer „Handballheimat“. Sie tingeln jetzt durch mehrere Hallen, haben zusammengelegt, trainieren gleichzeitig mit mehreren Mannschaften. Eine Herausfor-

derung ist die Organisation des Spielbetriebs am Wochenende. Aber hier zeigt sich „Mannschaftsgeist“. Irgendwie geht das. Ist ja für einen überschaubaren Zeitraum., der sich leider verlängert hat. Seit einem Jahr wird die Halle saniert und laut aktuellem Stand erst wieder in der 1. Jahreshälfte 2026 nutzbar.

Die Halle Wiesenstr., ist ebenfalls eine Großsporthalle. Eine Nutzung ist zwar möglich, aber das komplette Jahr ohne sanitäre Anlagen! Eine einzige Toilette für alle ist offen. Duschen etc. sind gesperrt. Wow, das ist im wahrsten Sinne sportlich!

Die Halle Talstraße/Elsa Brandström Schule. Diese Halle konnten wir seit den Herbstferien gar nicht mehr nutzen, da dort eine Flüchtlingsunterbringung erfolgen sollte. Die Fechter waren vor allem wieder betroffen. Sie haben in den letzten Jahren schon einige Male die Halle räumen müssen. Entweder wegen Flüchtlingsbelegung oder wegen Undichtigkeiten im Dach. Es regnet halt manchmal durch in dieser Halle. Dieser Abteilung gehört unser höchster Respekt. Sie bringen national und international super Leistungen, obwohl sie keine verlässliche Trainingsstätte hatten.

Und dann noch: Die Halle Poststr. Dort hatte man uns den Betrieb seitens des Schulverwaltungsamtes per Telefon kurz vor den Herbstferien untersagt. Gültig ab nach den Herbstferien. Begründung: Die Halle wird gebraucht für den Schulsport, weil durch die Sperrung der Halle Talstraße/Elsa Brandström Schule das Innenstadtgymnasium keine Halle mehr hat. Denn deren Halle Europaring ist gerade gesperrt wegen Sanierung und deren kleine Ersatzhalle Talstraße/Elsa Brandström Schule fällt wegen Flüchtlingsbelegung aus.



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

Also was lag für die Stadt Ratingen nahe: Belegen die Halle Poststr. für die Schule täglich bis 16.30 Uhr. Wir mussten dann schauen, wie wir alle unsere Gruppen täglich ab 9.00 Uhr unterbringen können.

Anmerkung: Für diese Halle haben wir seit Jahren einen Betriebsbetreuungsvertrag mit der Stadt. Wir haben die Halle saniert, uns gekümmert, dass alles ordentlich und nutzbar bleibt.

Das war ein harter Schlag ins Kontor für uns. Wir mussten viele, viele Sportstunden, umlegen, Zeiten verändern, Tage verändern. Die Mitglieder mussten flexibel bleiben, um an ihrem Sportangebot teilnehmen zu können. Alles nicht einfach, alles nicht schön!

Aber wir haben es möglich gemacht. Kursangebote zusammengestrichen, Gruppen zusammengelegt, Orte und Zeiten verändert. 9 Abteilungen sind von diesem „Ringtausch“ betroffen. Es ist nicht einfach, viele Dutzend Gruppen zu verlegen.

Danke hier vor allem an die Feuerwehr Ratingen, deren Sportstätte etliche Gruppen in den Vormittagsstunden nutzen dürfen. Die Organisation war zwar sehr gewöhnungsbedürftig für unsere Mitglieder, aber sie hatten zumindest eine Sportgelegenheit. Wir waren als Gäste dort in einem sehr sensiblen Bereich und hier mussten alle Teilnehmer echte Sportlerdisziplin zeigen. Gemeinsam rein und rausgehen, vorgeschriebene Laufwege, da es ansonsten zu gefährlich ist. Alle die zu spät kamen, hatten keinen Zutritt mehr aufs Gelände. Wir liefen halt durch die Verkehrswege der Feuerwehr.

Nach 5 Wochen ist dann das unglaubliche geschehen. Es werden keine Flüchtlinge in der Turnhalle Talstraße untergebracht, die Stadt hat eine andere Lösung gefunden.

Wir dürfen die Turnhalle Talstraße und die Turnhalle Poststraße wieder für unseren Vereinssport komplett nutzen. Dieses Geschehen hat uns aber wieder einmal gezeigt, dass wir froh sein können, dass wir zumindest teilweise das Heft des Handelns selber in unseren Händen halten. Wir haben durch unsere eigenen Sportstätten zumindest einen Teil Unabhängigkeit vom Sanierungsstau der Stadt erlangt. Das sollte uns Ansporn sein und für die Zukunft weiter motivieren, eigene Ressourcen zu schaffen. In unserer Vereins-DNA ist das Errichten von Sportstätten für unsere Mitglieder mittlerweile traditionelle Übung.

**Alle aktuellen Trainingszeiten sind auf unserer Website zu finden:
www.tv-ratingen.de**

160 JAHRE Turnverein Ratingen 1865 e.V.

Wir feiern im Jahr 2025 Jubiläum. Nach unserem „großem“ Jubiläum 2015 nun das „kleine“ Jubiläum 160 Jahre.

Viele tolle Aktivitäten werden wir im Jubiläumsjahr veranstalten. Dazu gehören das Winterschwimmfest, die Teilnahme an beiden Ratinger Karnevalszügen, ein Gesundheitstag, das Dümeklemmer-Schwimmfest, das Jubiläums TV OpenAiR, das Jubiläums-Spielfest sowie unsere offizielle Jubiläumsveranstaltung und noch viele Veranstaltungen mehr.

Freut Euch mit uns auf ein spannendes Jubiläumsjahr. Den genauen Zeitplan unserer Jubiläumsveranstaltungen werden wir in der nächsten TV Info veröffentlichen.

Neu im Team

Josephine Werner



Hallo, ich bin Josephine Werner und freue mich als Physiotherapeutin ein Teil der TV MED Abteilung zu werden. Nachdem ich meine Ausbildung zur Physiotherapeutin beendet hab, bildete ich mich in den Bereichen der Lymphtherapie und als Yogalehrerin fort. Der TV Ratingen ist mein Heimatverein, wo ich in der Vergangenheit als aktives Mitglied verschiedene Sportarten ausgeübt habe. Jetzt freue ich mich im TV MED aktive und moderne Physiotherapie praktizieren zu können und ich freue mich auf euch und das Team.



Osteopathie-Praxis Ratingen · Bo Pfeiffer
Konrad-Adenauer-Platz 18 · 40885 Ratingen
Tel. 02102/579 31 79
info@osteopathiepraxis-ratingen.de
www.osteopathiepraxis-ratingen.de



OSTEOPATHIE-PRAXIS
Ratingen · Bo Pfeiffer

Praxis für Osteopathie, Sport-Osteopathie und Kinder-Osteopathie



TV RATINGS

Auszeichnung für unser Engagement im Bereich Nachhaltigkeit

Der Turnverein Ratingen 1865 e.V. macht den mit 1. Platz im Wettbewerb „WestDerby Zukunft“

Am 08.11.2024 ging es für einen Teil unserer Nachhaltigkeits-AG mit unserem vereinseigenen E-Auto nach Köln, es sollte ein besonderer Tag werden...

Wir hatten uns mit unserer strategischen Herangehensweise zu dem Thema Nachhaltigkeit bei der Kampagne „Ziele brauchen Taten“ von RENN.west (der regionalen Netzstelle Nachhaltigkeitsstrategien West, also den Bundesländern Hessen, NRW, Rheinland-Pfalz und Saarland) beworben. Mit unserer Vereinsgröße von über 6500 Mitgliedern fielen wir in die Kategorie „Große Sportvereine“. In dieser Kategorie sind wir gegen den SC Grün-Weiß 1920 Paderborn angetreten, der sich mit einer nachhaltigen Herangehensweise bei seiner Großveranstaltung „Paderborner Osterlauf“ beworben hatte.

Die Preisverleihung fand im Rahmen der Konferenz „Auf dem Spielfeld“ statt, auf der rund 80 Teilnehmende nachhaltige Zukunftsvisionen für den Sport diskutierten. Als Teil der Konferenz konnten alle Nominierten ihre Nachhaltigkeitsaktivitäten in Form kurzer Pitches präsentieren. Wir haben an dem Tag viele inspirierende Ideen erfahren und konnten uns konstruktiv mit den Mitbewerbern austauschen.

Die Auszeichnungen wurden am Abend der Veranstaltung überreicht... und die Freude bei uns war natürlich riesig, als uns Maximilian Hartung, Säbelfechter und Vorstandsmitglied der Deut-



schen Sporthilfe, die gute Nachricht überbrachte: Wir haben den 1. Platz gemacht!

„Der TV Ratings hatte in diesem Match dank der gut durchdachten strategischen Herangehensweise die Nase vorn. Punkten konnte man dank eigener Arbeitsgruppe und Aufnahme von Nachhaltigkeit in die Satzung – damit Nachhaltige Entwicklung unabhängig von Personalien zum erklärten Vereinsziel wird. Dank einer Wesentlichkeitsanalyse mit breiter Stakeholder-Befragung zu vereinsrelevanten Nachhaltigkeitsthemen liegt dem Verein eine Priorisierung entlang der ESG-Bereiche vor. Eine Vielzahl einzelner Aktionen belegt das große Engagement des Vereins.“

Und so erhielten wir neben einer nachhaltig produzierten Preisstatuette und einer Urkunde ein





Foto: Donna und der Blitz/RENN.west

Preisgeld von 2.500 Euro. Dieses Geld können wir nun für unsere Nachhaltigkeitsprojekte einsetzen und somit weiter vorantreiben.

Diese Auszeichnung freut uns besonders, denn sie bestärkt uns in unserer Vorgehensweise, unseren Verein nachhaltig zu transformieren. In Zu-

sammenarbeit mit der Hochschule Bochum und DKV Mobility gehen wir es weiter an!

Ihr habt Ideen, wie wir unseren Verein nachhaltiger gestalten können? Teilt sie uns gerne mit unter info@tv-ratingsen.de.



Foto: Donna und der Blitz/RENN.west

Ziele brauchen Taten



TV RATINGEN

Nachhaltig unterwegs im TV Ratingen

Unser 160. Jubiläumsjahr steht ganz im Zeichen der Nachhaltigkeit.

Unser Ziel dabei: Unseren Verein verantwortungsvoll im Sinne der Nachhaltigkeit zu führen und zu leben. Das wollen wir gemeinsam mit euch machen – denn gemeinsam macht es erstens immer mehr Spaß und zweitens können wir gemeinsam viel erreichen!

Unsere „AG Nachhaltigkeit“ wird sich zu dem Thema jeden Monat etwas Neues ausdenken, euch mit Infos versorgen und zu Aktionen einladen.

Im Januar möchten wir euch einmal nahebringen, was Nachhaltigkeit für uns überhaupt bedeutet... denn, wenn viele in erster Linie erst einmal an Klimaschutz und CO₂-Reduktion denken, steckt doch viel mehr dahinter.

Nachhaltige Entwicklung spielt natürlich im ökologischen Bereich eine große Rolle – ebenso aber

auch auf sozialer und ökonomischer Ebene. Und wir, als Verein, sind gerade im sozialen Bereich ziemlich nachhaltig unterwegs – sozial nachhaltiges Handeln ist quasi in unserer DNA verankert.

Kennt Ihr die 17 Ziele für nachhaltige Entwicklung, die die Vereinten Nationen 2015 verabschiedet haben? Mit dem großen Ziel, bis 2030 die Lebenssituation aller Menschen zu verbessern und gleichzeitig unseren Planeten zu erhalten.

Das hört sich groß an, und das ist es auch. Da fragen wir uns: Wo sollen wir da anfangen? Was können wir bewirken? Auf der Suche nach diesen Antworten wurde uns eins klar: Wir können nicht die ganze Welt retten, aber wir können vieles dafür tun, dass unser Leben in unserer Gemeinschaft nachhaltiger und damit schöner wird! Mit kleinen Ideen, Impulsen, Aktionen – die für unser Leben Großes bewirken können.

Die 17 Ziele für nachhaltige Entwicklung werden auch die „SDGs“ genannt: Sustainable Development Goals. Sie schließen alle Nachhaltigkeitsdimensionen ein. Die fünf handlungsleitenden Prinzipien sind dabei der Mensch, der Planet, Wohlstand, Frieden und Partnerschaft. Unserer Meinung sehr wichtige Themen, die gerade in der heutigen Zeit an Wichtigkeit nicht übertroffen werden können.





Der TV Ratingen wünscht
frohe Weihnachten
und einen
guten Start ins Jahr 2025



GERÄTTURNEN

3 Goldmedaillen für unsere Mannschaften der Gerätturnerinnen

Am Sonntag, 06. Oktober 2024 fand in Ratingen-Homburg der erste Mannschaftswettkampf des Turnverbandes Mettmann statt. Drei Mannschaften aus unserer Gerätturn-Wettkampfgruppe haben an diesem Wettkampf mit sehr großem Erfolg teilgenommen. Denn alle drei Mannschaften erzielten den 1. Platz und holten sich die Goldmedaille. Die Turnerinnen mussten an vier Geräten (Sprung, Stufenbarren, Schwebebalken und Boden) turnen. In der ersten Mannschaft (Jahrgänge 2007-2010) turnten Filippa Krause, Lynn Kunda, Leni Pregel, Mia Franken, Nele Drozdik und Tilda Spahn. Sophia Baumeier, Lea Marie Tiedchen, Emma Pearson und Amelie Sensenbrenner turnten in der zweiten Mannschaft mit den Jahrgängen 2012 und 2013. Und in der dritten Mannschaft waren Julica Kohlen, Lena Tolksdorf, Lea Brune, Ella Doege, Hedy Engelhardt und Anna Tolksdorf mit den Jahrgängen 2014-2016. Alle drei Mannschaften haben sich für den zweiten Wettkampf der Verbandsgruppeneauscheidung weiter qualifiziert.



vlr: Leni Pregel, Tilda Spahn, Mia Franken, Filippa Krause, Lynn Kunda, Nele Drozdik



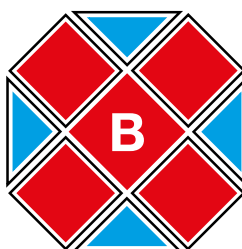
vlr: Lea Marie Tiedchen, Sophia Baumer, Emma Pearson und Amelie Sensenbrenner



vlr: Lena Tolksdorf, Lea Brune, Ella Doege, Julica Kohlen, Hedy Engelhardt, Anna Tolksdorf

G. Blumentrath

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



Fliesenfachgeschäft
Meisterbetrieb
für Fliesenverlegung
und Granitarbeiten

GERÄTTURNEN

2 Treppchenplätze beim Mannschaftswettkampf der Verbandsgruppenentscheidung

Am Sonntag, 10. November 2024 fand in Solingen der Mannschaftswettkampf der Verbandsgruppenentscheidung statt. Aus unserer Gerätturn-Wettkampfgruppe haben drei Mannschaften an diesem Wettkampf erfolgreich teilgenommen. Die Turnerinnen mussten an vier Geräten (Sprung, Stufenbarren, Schwebebalken und Boden) turnen.

In der ersten Mannschaft (Jahrgänge 2007-2010) turnten Filippa Krause, Lynn Kunda, Leni Pregel, Leonie Bolz, Mia Franken und Nele Drozdzik. Sie erzielten den 1. Platz und holten sich die Goldmedaille. Die Mannschaft hat sich für den dritten Wettkampf, das RTB Landesfinale, am Samstag, 30. November 2024 weiter qualifiziert.

Die zweite Mannschaft mit Lena Tolksdorf, Lea Brune, Ella Doege und Anna Tolksdorf (Jahrgänge 2014-2016) erreichten den 5. Platz.

Und die dritte Mannschaft sicherte sich den 3. Platz und erhielten die Bronzemedaille. Die Turnerinnen waren Lea Marie Tiedchen, Liana Kienzler, Sophia Baumeier, Emma Pearson und Amelie Sensenbrenner mit den Jahrgängen 2012 und 2013.

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

Das Trainerteam: Claudia Krause, Jule Riedel, Lilli Lüke und Stefanie Kienzler



oben vlnr: Anna Tolksdorf, Ella Doege, Lea Brune, Lena Tolksdorf, unten vlnr: Nele Drozdzik, Lynn Kunda, Leonie Bolz, Mia Franken, Filippa Krause, Leni Pregel



oben vlnr: Amelie Sensenbrenner, Emma Pearson, Sophia Baumeier, unten vlnr: Liana Kienzler, Lea Marie Tiedchen



Schwaab
Fenster · Türen

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

schwaab-fenster.de



► GERÄTTURNEN

Jahresbilanz der Turnflöhe der kleinen Wettkampfgruppe

Im Juni fand der Einzelwettkampf in den verschiedenen Altersklassen (Jhg. 2016-2018) der "Minis" in Homberg statt, über den wir bereits ausführlich berichtet haben. Es war ein schöner Wettkampf mit tollen Ergebnissen und glücklichen Kindern. Am Sonntag, den 29. September 2024 fand dann außerdem der Mini-Mannschaftswettkampf in Velbert statt, an dem wir mit 17 Mädchen, aufgeteilt in drei Mannschaften, teilnahmen.

Der erste Durchgang startete morgens mit dem Jahrgang AK7 (Jhg. 2017 und jünger). Die sechs Turnerinnen, Lilly Doege, Emilie Anger, Olaia Ortego de la Torre, Holly Hewitt, Maxima van Bonn und Franziska Siebenmorgen holten sich die Silbermedaille und landeten mit 156,40 Punkten auf Platz 2. Im zweiten Durchgang starteten zwei Mannschaften unseres Vereins im Jahrgang AK8 (Jhg. 2016 und jünger). In der ersten Mannschaft turnten Anastasia Shatalov, Mia Koschate, Ella Kroll, Elisabeth Bucker und Lara Villow. Mit 160,00 Punkten landeten diese Turnerinnen auf dem 3. Platz. Die zweite Gruppe bestand aus Lena Korb, Ella Schwarzwald, Vera Riewe, Sarah Jung, Louisa Sensenbrenner und Mila Palic. Auch diese Mannschaft landete auf dem Treppchen und gewann mit 161,25 Punkten die Silbermedaille. Unsere Turnerinnen können alle stolz auf sich sein, denn jede Einzelne hat einen schönen Beitrag zu diesen Ergeb-

nissen geleistet. Mit diesem erfolgreichen Wettkampf geht die Mini-Gerätturnmannschaft des TV Ratingen in die Wettkampf-Winterpause.

Dennoch geht es mit dem Training weiter, denn zum Jahresausklang wird die Wettkampfgruppe der Minis Mitte Dezember erneut eine gemeinsame Weihnachtsfeier veranstalten, an der alle nochmal ihr Können den Eltern, Geschwister und Großeltern in einem Programm abseits der Wettkämpfe zeigen können. Wie üblich mit lustigen Kostümen, ausgefallenen Choreografien und natürlich einem kleinen, von den Eltern gespendetem, Weihnachtsbuffet!

Zum Jahreswechsel haben wieder ein paar unserer älteren Kinder (im Jahrgang 2016) die Möglichkeit, vielleicht in die Wettkampf-Gruppe der Großen wechseln zu können. Dies geschieht immer zum Jahresende und betrifft den ältesten Jahrgang der Mini-Turnerinnen.

Aber auch 2025 starten die beiden Wettkampf-Gruppen der Geräteturnerinnen direkt wieder "turnerisch" ins neue Jahr.

Denn am 05.01.25 werden die Älteren der Minis zum Abschied bzw. Wechsel in eine neue Gruppe gemeinsam mit der Wettkampfgruppe der Großen zur Turnshow "Feuerwerk der Turnkunst" in den PSD-Bank Dome fahren. Eine wirklich tolle Veranstaltung mit beeindruckenden Luftshows aus Europa und spektakulärer Akrobatik an unterschiedlichsten Geräten. Es wird bestimmt wieder eine actionreiche Show werden.

Wir wünschen allen bis dahin eine besinnliche Adventszeit und einen ruhigen Start ins neue Jahr!

Das Trainerinnen-Team Lilli Lücke, Mia Ohnesorge und Tanja Rieger-Jekutsch mit unseren Helferinnen Lara Jekutsch, Lynn Kunda, Leni Pregel, Filippa Krause, Mia Franken, Nele Drozdzik und Lea Tiedchen.



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

FECHTEN

Fechtabteilung startet erfolgreich in die Saison und hat viel vor

Unsere Fechtabteilung ist mit Schwung in die neue Saison gestartet und blickt bereits auf einige beeindruckende Erfolge zurück. Beim DFB-Qualifikationsturnier „Mainzer-Cup“ am 28. September und beim Willy-Schlegelmilch-Gedächtnisturnier in Bergheim Kenten am 2. November erreichte Gereon Simons in der Altersklasse U17 hervorragende Platzierungen: den 9. und 8. Platz. In beiden Turnieren lieferte er starke Leistungen und musste sich erst dem späteren Finalisten Leonard Weber geschlagen geben.

Auch unsere jüngeren Fechter feierten schöne Erfolge: Bei der U14-Turnierserie der Europäischen Fechtkonföderation (EFC U14 Circuit) in Mainz schafften es Giovanni La Cognata und Niklas Timke bis ins Viertelfinale und beendeten das Turnier auf Platz 5 und 6. Johnny Cui zeigte ebenfalls großen Einsatz und belegte nach einem spannenden Achteelfinalkampf gegen Teamkollege Timke einen respektablen 15. Platz.

Ein weiteres Highlight war der Würth Cup in Künzelsau am 26. und 27. Oktober 2024. Dieses international ausgeschriebene DFB Q-Turnier bot den Schülern von Vitaliy Chernous in der U20- und Senioren-Kategorie die Möglichkeit, sich auf hohem Niveau zu messen. Unsere Fechter, darunter Elizabeth Champion, Tammo Hahn und Jarnu Pelz erreichten solide Platzierungen und konnten wertvolle Wettkampferfahrungen sammeln. Gereon Simons, der eigentlich noch in der U17 kämpft, belegte einen respektablen 38. Platz in der U20-Kategorie und zeigt damit schon jetzt sein Potenzial für die Zukunft.

In den Herbstferien erreichte uns jedoch eine überraschende Nachricht: Nach 30 Jahren müssen wir unsere Halle in der Talstraße verlassen, da diese zukünftig als Unterkunft für Geflüchtete genutzt wird. Zum Glück konnte eine Lösung gefunden werden, sodass der Trainingsbetrieb ohne Unterbrechung weitergeführt werden kann. Eine alternative Halle in der Philippstraße steht uns ab sofort zur Verfügung. Damit können sich unsere Fechter optimal auf die bevorstehenden Turniere, unter anderem die NRW- und Deutschen Meisterschaften im November und Dezember, vorbereiten.

Auch ein traditionsreiches Event steht an: Unser beliebtes Winter-Turnier, an dem alle Fechter, auch die Anfänger ohne Turnierreifeprüfung, teilnehmen können, findet in diesem Jahr als Neujahrsturnier am 11. Januar 2025 statt. Interessierte Kinder, die den Sport kennenlernen möchten, sind herzlich eingeladen ab 13 Uhr in der Philippstraße 30 dabei zu sein und erste Eindrücke im Fechten zu sammeln.

Ein großes Vorhaben für 2025 ist ein weiteres Highlight: Anfang des Jahres planen wir erstmals seit vielen Jahren wieder ein externes Turnier in Ratingen,

die „Kids Challenge“ des NRW Fechterbundes. Diese Veranstaltung richtet sich speziell an die Altersklassen U9 und U11 und ist eine großartige Gelegenheit, die jüngsten Talente in unserem Verein und darüber hinaus zu fördern und zu motivieren.

Wir freuen uns besonders, dass unser langjähriger Fechter Jarnu Pelz weiterhin für uns als Übungsleiter und Kampfrichter mit einer Nationallizenz aktiv ist. Nach seinem FSJ-Einsatz im letzten Jahr trainiert er auch in dieser Saison unsere Anfängergruppe mit viel Engagement und unterstützt die Rater Fechter zusammen mit unseren Haupttrainer Vitaliy Chernous auf den Turnieren.

Wir schauen gespannt auf ein ereignisreiches und erfolgreiches Jahr 2025!



MITSUBISHI ELECTRIC
Changes for the Better



Ihr Karrierestart bei einem der weltweit größten Elektronikkonzerne – nutzen Sie diese Chance!

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





► FECHTEN Medaillenregen

Medaillenregen für Rateringer Säbelfechter bei den NRW-Meisterschaften der U20 und dem Internationalen Oetter-Säbel-Pokalturnier in Mülheim

Bei den am Wochenende 9./10. November parallel in Mülheim an der Ruhr stattfindenden NRW-Meisterschaften der Altersklasse U20 sowie dem Internationalen Oetter-Säbel-Pokalturnier feierten die Säbelfechter des TVR große Erfolge. Neben drei Bronzemedailles in den Einzelwettkämpfen durfte sich die U20-Mannschaft des TVR über den Gewinn der NRW-Landesmeisterschaft freuen. Mit insgesamt elf Medaillen beim Oetter-Cup setzte der TVR ein starkes sportliches Ausrufezeichen in der noch jungen Fechtsaison 2024/2025.

Bei den NRW-Meisterschaften der U20 gewann die aus Jarnu Pelz, Tammo Hahn und dem erst 15-jährigen Gereon Simons bestehende Rateringer Fechtequipe den Titel. Nach einem wahren Krimi behielt sie im entscheidenden Gefecht gegen die Konkurrenz vom TSV Bayer Dormagen mit 45:42 die Oberhand. Zuvor hatte sie bereits die Mannschaften vom FSV Mülheim und vom Herner TC klar mit 45:23 und 45:31 in die

Schranken verwiesen. Pelz und Hahn erkämpften sich im Einzelwettkampf zudem den geteilten dritten Platz. Den Erfolg der Rateringer Säbelfechter komplettierte Elizabeth Champion, die sich bei der U20 der Damen ebenfalls die Bronzemedaille erfochte.

Beim Internationalen Oetter-Säbel-Pokalturnier setzte Gereon Simons seine Siegessträhne fort. Im Finale der U17-Herren besiegte er Patrick Schall vom CTG Koblenz mit 15:10, wobei er einen 3:8 Pausenrückstand aufholte. Gleichfalls die Goldmedaille holte sich Jannik Timke in der Altersklasse U11. Timke erreichte das Finale ungeschlagen und gewann gegen Liam Fanenbruck vom Herner TC souverän mit 10:3. Hervorragende zweite Plätze erzielten Jonas Schneider (U13) und Greta Richter (U9), die lediglich Konkurrenten vom TSV Bayer Dormagen und der SG Kaarst den Vortritt lassen mussten. Die Rateringer Medaillensammlung vervollständigten Clara Schmauck (U13 der Damen), John von Sieg (U11), Giovanni La Cognata (U13), Johnny Cui (U13), Niklas Timke (U15), Hannes Carus (U15) und Tammo Hahn (Senioren) jeweils mit dem Gewinn der Bronzemedaille.

Durch diese Erfolge und weitere gute Platzierungen unterstrichen die Säbelfechter des TVR ihre großen Ambitionen für diese Saison. Zudem freuten sie sich über den Umstand, dass mit Greta Richter (U9) sowie Lorenz Kraft und Anthony Wu (beide U11) drei Nachwuchsfechter aus ihren Reihen ihr Turnierdebüt in Mülheim gaben.

► Platzierungen des TV Ratingen im Einzelnen:

NRW-Meisterschaften der U20:

Mannschaftswettkampf:

1. Platz (Jarnu Pelz, Tammo Hahn, Gereon Simons)

Einzelwettkampf der Damen:

3. Platz Elizabeth Champion

Einzelwettkampf der Herren:

geteilter 3. Platz Jarnu Pelz und Tammo Hahn,
8. Platz Gereon Simons, 15. Platz Eren Angelkorte

Internationales Oetter-Säbel-Pokalturnier:

Herren U11: 1. Platz Jannik Timke, 3. Platz John von Sieg, 8. Platz Louis Kindt, 13. Platz Lorenz Kraft, 17. Platz Anthony Wu

Herren U13: 2. Platz Jonas Schneider, geteilter 3. Platz Giovanni La Cognata und Johnny Cui, 7. Platz Luis Maric

Herren U15: geteilter 3. Platz Hannes Carus und Niklas Timke, 5. Platz Philipp Beul, 8. Platz Giovanni La Cognata, 15. Platz Johnny Cui, 19. Platz Jonas Schneider, 21. Platz Jan Keßler, 23. Platz Luis Maric

Herren U17: 1. Platz Gereon Simons, 5. Platz Philipp Beul, 6. Platz Hannes Carus, 16. Platz Niklas Timke, 17. Platz Nico de Weert

Herren Senioren: 3. Platz Tammo Hahn



Damen U9: 2. Platz Greta Richter

Damen U11: 6. Platz Lara Mekelburg

Damen U13: 3. Platz Clara Schmauck, 10. Platz Emilia Bujara

Damen U15: 10. Platz Clara Schmauck, 17. Platz Julie Bastron

Damen U17: 10. Platz Julie Bastron



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



FERIENCAMPS

Gelungene Sport- und Erlebniswoche mit Kindern vom TV Ratingen

In der 2. Herbstferienwoche hat vom 20.-25.10.2024 die Sport- und Erlebniswoche stattgefunden. Mit 28 Kindern ging es zum Eislaufen an die Brehmstrasse und in die Trampolinhalle nach Düsseldorf. Aber vor allem auch in unserer Heimat, auf dem TV Gelände selbst, standen die Trendsportarten Hobby Horsing und Parcours auf dem Programm. Wir hatten sehr viel Spaß und freuen uns auf das nächste Camp.

Planungen für die Feriencamps 2025

Der TV Ratingen wird 2025 auch wieder seine beliebten Feriencamps für Kinder und Jugendliche anbieten. Eine fixe Anmeldung wird voraussichtlich ab Ende Januar/Anfang Februar möglich sein. Die genauen Anmeldedaten werden wir noch kommunizieren. Folgende Camps sind zunächst geplant. Die Termine für die Fecht- und Hockeycamps werden noch kommuniziert.

Osterferien 2025

1. Ferienwoche: Leichtathletikcamp (Kinder 6-13 Jahre)
2. Ferienwoche: Sportmix Camp (Kinder 8-12 Jahre)

Sommerferien 2025

1. Ferienwoche: Leichtathletikcamp (Kinder 6-13 Jahre)
2. Ferienwoche: Adventure Camp (Kinder 10-14 Jahre)
3. Ferienwoche: Leichtathletikcamp (Kinder 6-13 Jahre)
5. Ferienwoche: Beach- & Water Camp (Kinder 6-10 Jahre)
6. Ferienwoche: Aktivwoche (Kinder 8-10 & 11-14 Jahren)
und Leichtathletikcamp (Kinder 6-13 Jahre)
6. Ferienwoche: Fechtcamp

Herbstferien 2025

2. Ferienwoche: Sportmix Camp (Kinder 8-12 Jahre)



Jürgen
Saemisch
Sanitär + Heizung

☎ 0 21 02 - 8 15 75 · Raiffeisenstraße 13 · 40878 Ratingen

- Sanitäre Installation
- Heizungsbau
- Öl- + Gasfeuerung
- Wartungsdienst
- Brennwerttechnik
- Solartechnik



U12: Erfolgreiche Teilnahme am Jochen-Appenrodt-Pokal

▶ LEICHTATHLETIK

▶ Erfolgreicher Saisonabschluss

Mit Beginn der Wintersaison, die traditionell viel Hallen- und Konditionstraining mit sich bringt, blicken unsere Athlet*innen und das Trainerteam stolz auf eine erfolgreiche Herbstsaison zurück. Der Fokus lag hierbei auf den Teamendkämpfen, die im Landesverband stets ein Highlight darstellen.

▶ U10: Doppelte Freude beim LVN Nord Cup

Unsere jüngsten Athlet*innen der U10-Gruppe nahmen mit großer Begeisterung am LVN Nord Cup in Haan teil. Unter der Betreuung ihrer Trainerinnen Martina und Elea stellten gleich zwei Mannschaften ihr Können unter Beweis. In den Disziplinen 40m-Hindernissprint-Staffel, Stabweitsprung, Schlagwurf und Stadioncross zeigten die Teams große Einsatzbereitschaft.

Besonders das Team „Die Tartanbande“ überraschte mit einer überragenden Leistung und wurde mit dem unerwarteten Gesamtsieg belohnt. Für das Team starteten Enni Albertz, Adrian Blank, Fiona Buhl, Isabell Domke, Pauline Fiedler, David Ix, Anton Schurgacz, Liv Winterer und Frida Thomas. Auch die zweite Mannschaft, „Die Flinken 7“, gab ihr Bestes und erreichte am Ende einen respektablen 12. Platz. Diese Mannschaft wurde durch Marlene Hollmann, Jan Klotmann, Kamilla Maksimowski, Gustav von Sieg, Marie von Sieg und Louisa Wittkamp vertreten.

▶ U12: Erfolgreiche Teilnahme am Jochen-Appenrodt-Pokal

Die U12-Mannschaft mit Enno Blank, Maximilian Eysoldt, Greta Escher, Luise Everts, Annika Hensel, Mila Jobst, Johanna Kaiser, Jakob Mannes, Leni Peters, Laura Schleicher und Paula Schubert schaffte es auch in diesem Jahr ins Landesfinale des Jochen-Appenrodt-Pokals. Das Finale dieses Endkampfes fand in Düsseldorf statt. Die jungen Athlet*innen der „Ratinger Löwen“, betreut von Nadine und Mahjoub, zeigten in den Disziplinen 50m-Hindernissprint-Staffel, Stabweitsprung, Drehwurf, Weitsprung und Stadioncross ihr Können. Mit einem sechsten Platz von insgesamt 15 teilnehmenden Mannschaften bewiesen sie einmal mehr ihren Teamgeist und ihre Wettkampfstärke.

▶ Podestplätze für die WU18 und WU16

Ein besonderes Highlight der Saison waren die LVN-Teamendkämpfe der WU18 und WU16, bei denen beide Teams Podestplätze erreichten.

Carla Beermann, Maren Freitag, Carlotta Neuenhahn, Sydney Minski, Lia Richrath, Leona Schiffer und Sarah Speckenbach traten für die WU18 in den Disziplinen 100m, 800m, Staffel, Hoch- und Weitsprung, Kugelstoßen sowie Speerwurf an. Dank ihrer starken Leistungen sicherten sie sich den Titel der Vizelandesmeisterinnen.

Trotz einiger verletzungsbedingter Ausfälle erkämpfte sich das Team der WU16 mit Viktoria Halster, Marie Hensel, Elea Jobst, Laila Kronauer, Linda Meier, Lea Ost und Laura Spengler einen beeindruckenden dritten Platz. Neben den bekannten Disziplinen war hier auch der 80m-Hürdenlauf Bestandteil des Wettkampfprogramms.

Das Trainerteam um Klaus Suhl und Roy Sip zeigte sich besonders erfreut darüber, dass einige Athletinnen zum Saisonabschluss persönliche Bestleistungen erzielten. Diese Erfolge unterstreichen die hervorragende Arbeit der Trainer*innen sowie die Motivation und den Ehrgeiz der Athlet*innen.

Mit diesen Ergebnissen ist die Wintersaison voller Optimismus und Tatendrang gestartet. Wir freuen uns auf weitere spannende Wettkämpfe und persönliche Erfolge im kommenden Jahr und hoffen, dass die Athlet*innen Ihre Ziele erreichen können.



U10: Doppelte Freude beim LVN Nord Cup



Podestplätze für die WU18 und WU16



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

► MOVE`N DANCE

Jahresrückblick

Begeisternder Auftritt der Move`n Dance Company beim Königsfest der Wilhelm-Tell-Kompanie

Am 26. Oktober 2024 bot die Stadthalle Ratingen eine ganz besondere Bühne für die Move`n Dance Company. Nachdem die Abteilung im vergangenen Jahr beim Sommerfest des TV Ratingen Aufmerksamkeit erregt hatte, erhielt sie in diesem Jahr die Einladung, das Königsfest der Wilhelm-Tell-Kompanie mit einem Auftritt zu eröffnen. Die Tänzerinnen und Tänzer arbeiteten monatelang intensiv auf diesen besonderen Abend hin.

Bereits im Sommer begannen die Planungen für den großen Auftritt. Nach den Sommerferien nahm das Konzept schließlich klare Formen an, und so steigerten sich die Proben stetig. Statt der üblichen wöchentlichen Trainingseinheit trafen sich die Gruppen bis zu dreimal pro Woche und trainierten teilweise auch an den Wochenenden. Der Endspurt wurde von einer letzten Generalprobe und einem gemeinsamen Pizzateessen gekrönt, das den Teamgeist der Tanzgruppen noch einmal stärkte.

Am 26. Oktober war es dann endlich soweit: Die Move`n Dance Company durfte um 19:00 Uhr den Abend mit ihrem lang vorbereiteten Auftritt eröffnen. Auf der Bühne standen die Gruppen „HIPHOPCrew“ (10-13 Jahre) und „Ü30 Street Dance“, geleitet von Natalie Hollweg, „Dance Mix Young Teens“ (11-15 Jahre) unter der Leitung von Jette Müller sowie „Dance Mix Teens & Young Adults“ (15-18 Jahre), geführt von Mara Pfannkuch.

Mit viel Freude, Energie und Leidenschaft präsentierten sie ihre Choreografien. Das Feedback des Publikums war durchweg positiv und voller Begeisterung. Das positive Feedback bestätigte, dass die intensive Vorbereitung sich wirklich gelohnt hatte. Ein besonderer Dank geht an die Wilhelm-Tell-Kompanie, die der Move`n Dance Company diesen Auftritt und den unvergesslichen Abend in der Stadthalle ermöglicht hat. Für alle Beteiligten war es ein unvergessliches Erlebnis und ein rundum schöner Abend, der noch lange in Erinnerung bleiben wird.

Ausblicke

Zwei weitere Highlights stehen noch bevor: Im Rahmen der Sportlerehrung des TV Ratingen wird die Gruppe von Jette Müller erneut ihre Choreografien präsentieren.

Alle anderen Gruppen präsentieren am 4.12.2024 ab 17.00 Uhr im Rahmen der Move`n Dance Weihnachtsfeier nochmals die Krönungsfest-Show.

Für das kommende Jahr hat die Move`n Dance Company bereits große Pläne: Mehr Auftritte und Projekte sollen realisiert werden, um die jungen Tänzerinnen und Tänzer noch stärker zu fördern und ihnen die



Ratinger Schlüsseldienst

Harald Haering Oberstr. 12

Ihr Fachgeschäft für Sicherheitstechnik

Mitglied im Bundesverband Sicherheitstechnik Deutschland e.V.

Tür- u. Fenstersicherungen
Schliessenanlagen
Türschliesser



Beratung - Verkauf - fachgerechte Montage

Tel. 02102 - 22729



Chance zu geben, ihr Können einem größeren Publikum zu präsentieren.

Neue Talente sind dabei jederzeit willkommen – die Tanzabteilung freut sich vor allem über interessierte Jugendliche und Erwachsene, die Lust haben, Teil der wachsenden Tanzgemeinschaft zu werden.

Move'n Dance Company verzeichnet Erfolge und neue Projekte in 2025

Das Jahr 2024 war für die Move'n Dance Company ein bewegtes Jahr voller Neuentwicklungen und Erfolge. Besonders der neue Kurs „Dance Mix Young Teens“ für die Altersgruppe 11 bis 15 Jahre hat sich zum Highlight entwickelt. Geleitet wird der Kurs von Jette Müller, die stolz auf die Fortschritte ihrer Gruppe ist. „Die harte Arbeit und der lange Weg haben sich gelohnt. Jetzt habe ich eine homogene Gruppe und besser hätte ich mir mein Team nicht zusammenstellen können,“ zitiert Jette. Die Entwicklung der Gruppe spricht für sich: Während der Kurs zu Beginn des Jahres noch mit nur einer einzelnen Tänzerin startete, tanzten sich bis Jahresende bereits zehn bis zwölf junge Talente in das neue Kursangebot.

Zu den Höhepunkten des Jahres gehörten mehrere Auftritte, Specials und ein großes Projekt, das die Move'n Dance Company im Rahmen des Krönungsballs der Wilhelm Tell Kompanie in der Stadthalle präsentierte.

Auftritt Sport- und Spiel-Fest

An diesem ganz besonderen Tag durften wir die beeindruckenden Talente unserer Tanzgruppen bewundern, die mit viel Hingabe und Leidenschaft das präsentierten, was sie in den vergangenen Wochen erlernt haben.

Den Anfang machten unsere kleinen Tänzerinnen und Tänzer aus dem Dance Mix Kurs für die Altersgruppe von 6 bis 9 Jahren. Mit strahlenden Gesichtern und

sprühender Energie eroberten sie die Bühne und entführten das Publikum in eine farbenfrohe Welt voller unterschiedlicher Tanzstile. Von den mitreißenden Klängen "Barbie Girl" bis hin zu Dua Lipas "Houdina" – kein Hit blieb unberührt und die Begeisterung war spürbar.

Im Anschluss waren die Teens aus dem HipHop-Kurs, für die Altersgruppe von 10 bis 13 Jahren, an der Reihe. Mit ihren coolen Moves und kreativen Choreografien zeigten sie eindrucksvoll, wie viel Freude und Dynamik HipHop mit sich bringt. Unsere Abteilungsleitung und Trainerin, Natalie Hollweg, kann zu Recht stolz auf die großartigen Leistungen ihrer Schützlinge sein.

Es geht bunt weiter!

Zusätzlich zu unseren Auftritten der Tanzgruppen, hatten wir auch dieses Jahr wieder ein Karneval- und ein Halloween-Special im Zumba-Kurs!

Am 30.10 fand unser mit Spannung erwartetes Zumba Halloween statt, das für alle Teilnehmer ein unvergessliches Erlebnis bot. Die Veranstaltung wurde in der Turnhalle Poststraße ausgerichtet und zog zahlreiche Zumba-Enthusiasten an, die sich in kreativen Kostümen präsentierten.

Die Atmosphäre war von Anfang an festlich und lebhaft. Die Teilnehmer kamen in einer Vielzahl von Kostümen mit gruseligen Halloween-Motiven. Die Musik, die von klassischen Halloween-Hits bis hin zu Lateinamerikanischen Melodien alles anbot, animierte alle zum Tanzen.

Das Special wurde von unseren erfahrenen Trainerin Saskia Reuter geleitet, die mit viel Energie und Begeisterung die Teilnehmer motivierte. Die Kombination aus Tanz, Fitness und Spaß sorgte dafür, dass alle Teilnehmer, unabhängig von ihrem Fitnesslevel, mit Freude mitmachten. Es war beeindruckend zu sehen, wie die Gemeinschaft zusammenkam, um gemeinsam zu tanzen und zu feiern.



**turnverein
ratingen
1865 e.V.**



Kurz vor dem Abi???
Kein Plan wie es weitergeht???
Bock auf Sport???

Komm zu UNS!
Mach dein Freiwilliges Soziales Jahr beim TV

Weitere Infos & Bewerbung
info@tv-ratingen.de

www.tv-ratingen.de

FUNCTIONAL

HYROX Workshop mit Weltmeisterin Tina Görz

Bereits zum dritten Mal veranstaltete die Functionalabteilung einen HYROX Workshop mit Tina Görz. Als Tina zuletzt im April bei uns zu Gast war, leitete sie den Workshop noch als Europa- und Vizeweltmeisterin. Durch ihren Sieg im Juni bei der HYROX Weltmeisterschaft in Nizza, konnten wir Mitte Oktober nun also die amtierende Weltmeisterin im women double AG 50-59 auf unserem Vereinsgelände begrüßen.

Knapp 30 HYROX wütige Sportlerinnen und Sportler ließen sich an dem Tag coachen und profitierten von Tinas Erfahrung und Expertise. In herausfordernden und abwechslungsreichen Workouts konnten alle an ihren Fertigkeiten arbeiten und sich wertvolle Tipps einholen.

Besonders im Hinblick auf das 2 Wochen später stattfindende HYROX Event in Hamburg war dies die perfekte Vorbereitung.

Wir bedanken uns erneut bei Tina für die tolle Zusammenarbeit und freuen uns jetzt schon auf die kommenden Workshops im nächsten Jahr.

FUNCTIONAL

Neue Functional / HYROX Kurse

Um der steigenden Nachfrage gerecht zu werden, wurde das Angebot in der Functionalabteilung zuletzt stetig erweitert und neue Kurse geschaffen.

Die aktuelle Kursübersicht gibt es im Web unter www.tv-ratingen.de unter der Sportart „Functional“.

Ein kostenloses Probetraining ist nach vorheriger Anmeldung über unsere Homepage oder Vereinsapp jederzeit möglich.

Weitere Infos auch unter:
nick.schlosser@tv-ratingen.de



Dieter
TOMBERS
GmbH



Wir sind jetzt

circet
Deutschland

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@circet.de

Am Stadion 3b
40878 Ratingen

Wir sind Ihre Zukunft!

circet
Deutschland

► FUNCTIONAL TV beim HYROX in Hamburg - Newcomer, persönliche Bestleistungen und WM Quali

Am ersten Novemberwochenende ging es für eine Gruppe von insgesamt 15 Mitgliedern des TV Ratingen nach Hamburg, in die Geburtsstadt von HYROX, um dort an dem weltweit beliebten Fitnessrace teilzunehmen.

Für einige aus der Gruppe war es der erste Wettkampf, sodass die Aufregung und Vorfreude im Vorfeld besonders groß waren. Monatelang hatten sich alle vorbereitet und konnten es nun kaum erwarten, endlich an den Start zu gehen.

Bereits am Samstagvormittag wurden in der Klasse „men open“ hervorragende Ergebnisse erzielt. Unsere Starter Uli, Jörn und Nick kamen in einer Zeit zwischen 1:11:55 h und 1:17:35 h ins Ziel. Die durchschnittliche Finisherzeit in dieser Klasse liegt bei 1,5 Stunden, sodass sich die drei allesamt im vorderen Viertel des gesamten Starterfeldes einreihen.

Am späten Nachmittag folgte dann die Klasse „doubles women pro“, in der zwei Teams des TV an den Start gingen. Beide Paare brachten bereits Erfahrung aus dem diesjährigen Hyrox in Köln mit. Im April starteten sie jedoch noch in der „open“ Klasse, mussten dieses Mal also im Wettkampf deutlich schwerere Gewichte an den einzelnen Stationen bewegen.

Trotz der höheren Belastung schafften es Eileen und Sonja ihre Zeit von Köln um fantastische 4 Minuten zu verbessern und überquerten in einer Zeit von 1:10:44 h die Ziellinie.

Auch Lena und Svenja konnten an ihre beeindruckende Leistung in Köln anknüpfen und kamen mit nur wenigen Sekunden Unterschied zu ihrer damaligen „open“-Zeit ins Ziel. 1 Stunde, 4 Minuten und 32 Sekunden standen für die beiden auf der Uhr. Dies bedeutete einen grandiosen ersten Platz in ihrer Altersklasse und die Qualifikation für die Weltmeisterschaft in Chicago im kommenden Jahr!

Eine unglaubliche Leistung der beiden und ein riesiger Erfolg, auf den die gesamte HYROX-Familie des TV mächtig stolz ist!

Direkt am Sonntagmorgen ging die Erfolgsstory des TV weiter. Bereits um 8:20 Uhr ging es für unser „doubles men“ Paar an den Start. Bereits im Vorfeld gab es hier jedoch eine Besonderheit: Da sich Jeffs eigentlicher Partner für diesen Wettkampf am Knie verletzte, musste eine Woche vor Hamburg ein Ersatz her. Dieser wurde zum Glück schnell gefunden, verletzte sich tragischerweise nur wenige Tage später selbst und fiel ebenfalls aus.

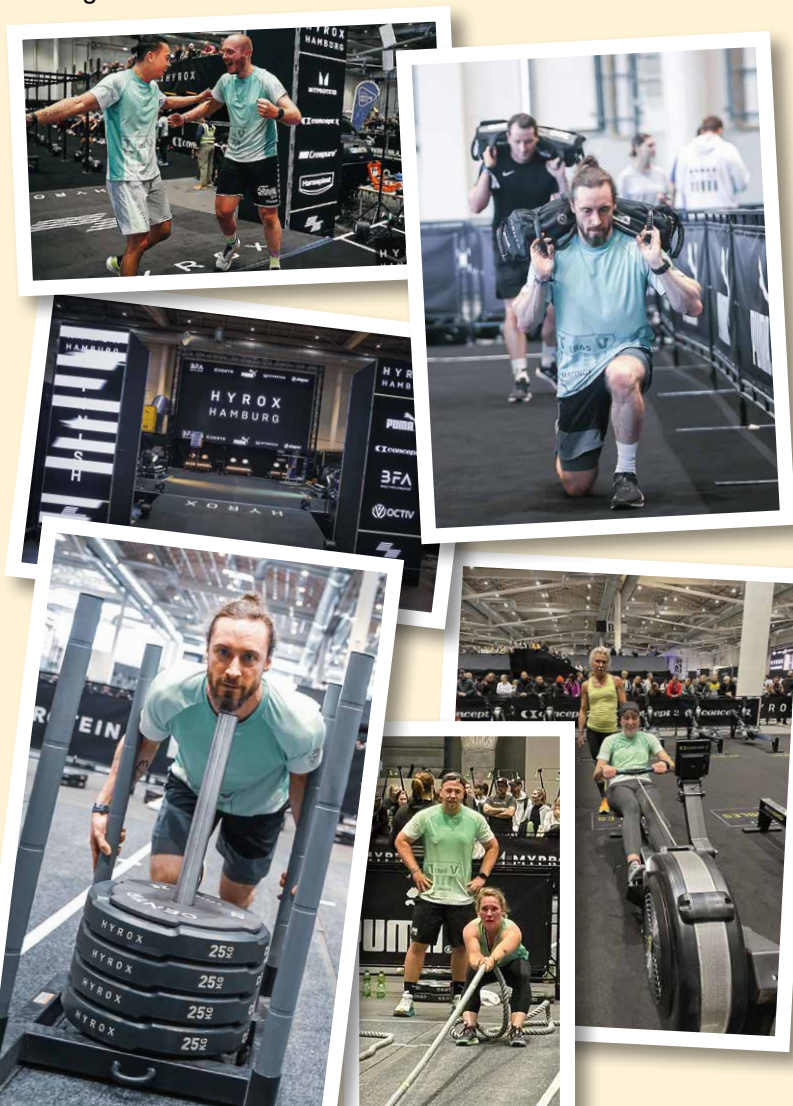
Felix, der selbst noch nie in aktiven Kontakt mit HYROX getreten war und noch keine der Übungen selbst durchgeführt hatte, wollte ursprünglich nur zum Anfeuern mit nach Hamburg. Als TV Handballer und aktiver Triathlet brachte er jedoch den sportlichen

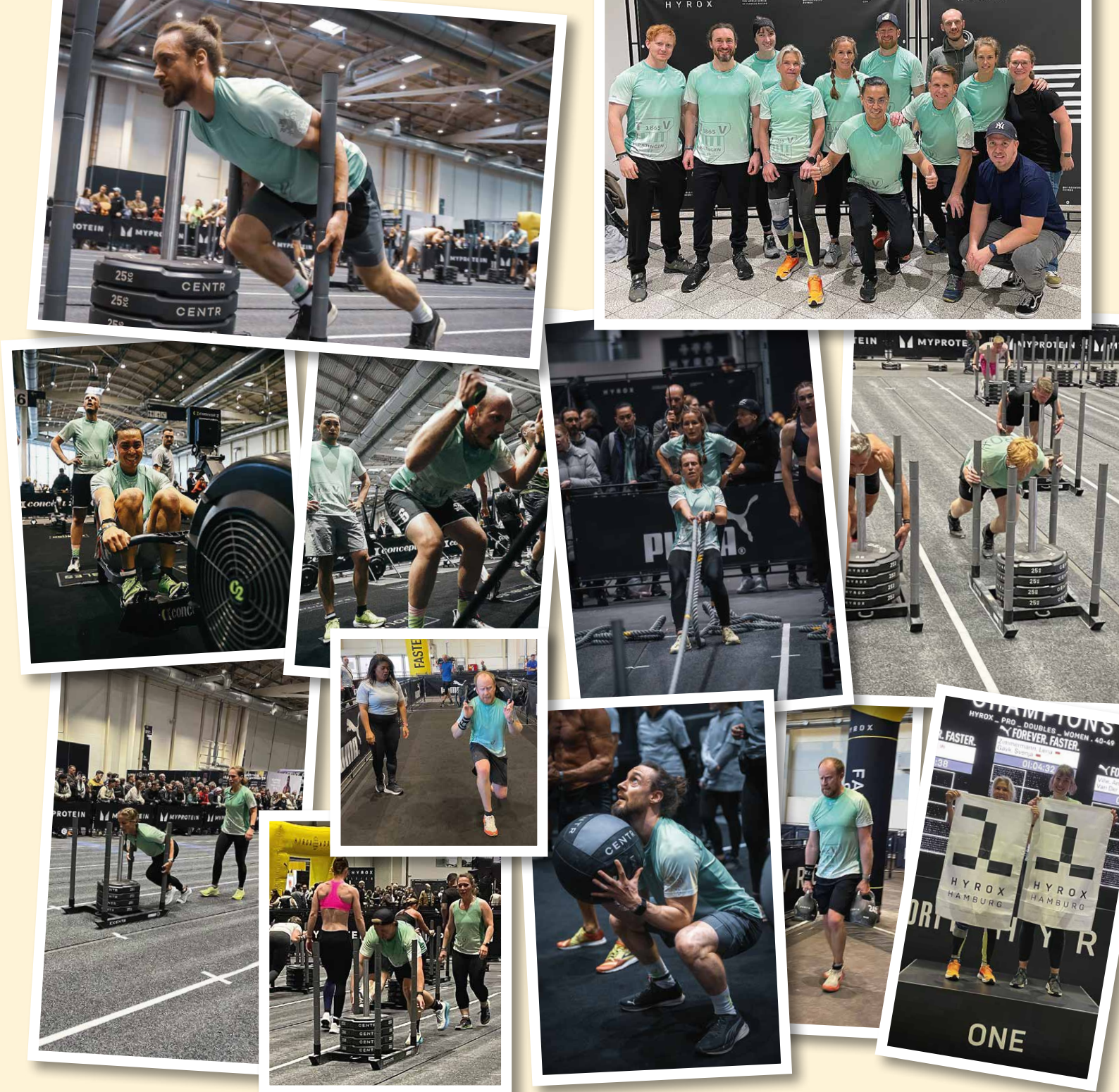
Ehrgeiz und die nötige Fitness mit und erklärte sich spontan bereit, die offene Lücke an der Seite von Jeff zu füllen. Die kurze Zeit in der Warm-Up-Area wurde genutzt, um sich mit den Materialien vertraut zu machen und so ging es für die beiden an den Start. In einer unglaublichen Zeit von 1:06:22 h kämpften sie sich durch acht 1-km-Läufe und die acht Workouts und kamen sichtlich überwältigt von ihrer Leistung im Ziel an.

Den Abschluss bestritten Claudia und Tobi. Ursprünglich „just for fun“ zu dem Event angemeldet, entwickelten die beiden bereits in der Vorbereitung einen unglaublichen Ehrgeiz. Diesen konnten sie über die gesamte Distanz des Wettkampfs aufrechterhalten. Bis an ihre persönlichen Grenzen pushten sie sich immer wieder gegenseitig. So weit, dass die körperliche Erschöpfung irgendwann auch Einfluss auf die Konzentration nahm und die beiden in der letzten Laufeinheit leider eine Runde zu viel liefen. Ohne diese „Ehrenrunde“, hätte auch dieses Paar eine Zeit unter 1:20 h erreicht. So landeten sie 34 Sekunden über dieser Zeit. Ihr persönliches Ziel von 1:30 h konnten sie dennoch um fast 10 Minuten schlagen, sodass sie mehr als zufrieden aus dem Wettkampf gingen.

So endete ein fantastisches Wochenende, das sowohl aus sportlicher, als auch aus teamfördernder Sicht ein großer Erfolg war.

Die Vorfreude auf HYROX in Köln, im kommenden April, steigt nun umso mehr und der Ehrgeiz, die eigenen Leistungen noch einmal zu steigern, ist in allen geweckt!





CERI Service ✓

www.ceri-service.de

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

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. 02102-8921311
daniel.weber@tv-ratingen.de

Fitness und Gesundheit

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

Functional

Nick Schloßer
Tel. gesch. 02102-89 21 311
nick.schlosser@tv-ratingen.de

Fußball

Marcel Franke
Tel. gesch. 02102-2096-21
marcel.franke@tv-ratingen.de

Geräteturnen

Geschäftsstelle
geraeteturnen@tv-ratingen.de

Handball

Dr. Marcus Otten
marcus.otten@handballratingen.de

Hockey

hockey@tv-ratingen.de

Jugendfitness

Nick Schloßer
Tel. gesch. 02102-8921311
nick.schlosser@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

Melanie Ruwwe / Angela Strupais
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

Nadine Kirsch (Leiterin)
Tel. gesch. 02102-2096-24
nadine.schroer@tv-ratingen.de

TV MED

Marisa Kinscheck
Tel. gesch. 02102-2096-15
physio@tv-ratingen.de

TERMINE 2025

20. März 2025

Jahreshauptversammlung

11. Juli 2025

TV Open Air

05. September 2025

Sommercup Fitnessstudio

06. September 2025

Sport- und Spielfest

13. September 2025

Jubiläumsveranstaltung

ÖFFUNGSZEITEN TV R *Weihnachten und Neujahr:*

Geschäftsstelle:

24.12.2024 – 31.12.2024: Geschlossen

TV MED:

23.12.2024 – 03.01.2025: Geschlossen

Fitness-Studio:

24.12.2024: Heiligabend: Geschlossen

25.12.2024: 10:00 - 18:00 Uhr

26.12.2024: 10:00 - 18:00 Uhr

31.12.2024 Silvester: 08:00 - 15:00 Uhr

01.01.2025 Neujahr: 12:00 - 18:00 Uhr

Vorstand

Vorstandsvorsitzende

Marion Weißhoff-Günther
Tel. gesch. 01525-4231884
mwg@tv-ratingen.de

Stv. Vorsitzende

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

Stv. Vorsitzender

Rüdiger Matyssek
Tel. gesch. 02102-71140-0

Stv. Vorsitzende

Brigitte Neidenberger
Tel. mobil 0175-9551488

Mitglieder des Präsidiums

Sven Pallessen
Präsident
Tel. 0172-2520373

Thomas Oberwinster
Vizepräsident
Tel. 0172-2701463

Michael Droste
Tel. gesch. 02102-60335

Claudia Pocha
Tel. gesch. 02051-315-0

Stefan Scheumann

David Uhr

Verwaltung

Leiter Geschäftsstelle

Marcel Franke
Tel. gesch. 02102-2096-21
marcel.franke@tv-ratingen.de

Mitgliederverwaltung

Heike Kniebeler
Tel. gesch. 02102-2096-0
heike.kniebeler@tv-ratingen.de

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

Hausmeister

Michael Schmitz
Tel. mobil 0162-3348415

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: Marion Weißhoff-Günther

nächster Redaktionsschluss: 15.01.2025
nächstes Erscheinungsdatum: Februar 2025

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 - 16.00 Uhr & 18.00 - 20.00 Uhr
Di.-Do. 08.00 - 16.00 Uhr
Fr. 08.00 - 14.00 Uhr

TV MED

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

Fitnessstudio

Kokkolastr. 3 · 40882 Ratingen
Tel. 02102-8921311

Studiozeiten

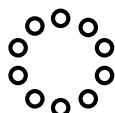
Mo. - Fr. 07.00 - 22.00 Uhr
Sa. - So. 08.30 - 18.00 Uhr

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



Begeistern ist einfach.



sparkasse-hrv.de

**Wenn die Sparkassen
unterstützen. In der
Sportförderung sind sie
vor Ort und landesweit
die Nummer 1.**

**Das ist gut für den Sport,
gut für Sportler und die
Vereine in unserer
Region.**



Wenn's um Geld geht

Sparkasse
Hilden • Ratingen • Velbert