

# TVB Aktuell

Vereinsnachrichten des TV Alpenglühn Balkhausen 1900 e.V.

Liebe Mitglieder,  
liebe Leser,

durch einen Auslandsaufenthalt unserer Pressewartin Mara Jakobi wurde die Ausgabe dieser Zeitung durch Zusammenarbeit der verbleibende Vorstandsmitglieder erstellt. Wir hoffen, dass Sie/Ihr mit unserer Arbeit zufrieden seid/sind.

Auch in 2008 nahm unsere Leichtathletikgruppe an zahlreichen Wettkämpfen teil. Ein Bericht hierzu sowie die Ergebnisse sind hier nachzulesen.

Auf unserer diesjährigen Mitgliederversammlung wurde der Vorstand neu gewählt sowie Änderungen unserer Vereinssatzung beschlossen.

Aus unserem regulären Vereinsprogramm stellen wir Ihnen in diesem Heft die Walkinggruppe und Turngruppe Frauen (mittwochvormittags) vor. Schauen Sie doch einmal in den Gruppen vorbei!

Auch in diesem Jahr bieten wir wieder eine Fahrradrallye für unsere Mitglieder an. Anmeldeformulare hier im Heft.

Die aktuellsten Informationen rund um das Vereinsgeschehen finden Sie außerdem stets auf unserer Homepage [www.tv-alpengluehn.de](http://www.tv-alpengluehn.de).

Viel Spaß beim Lesen,  
Ihr TVB Aktuell Team

## INHALTSVERZEICHNIS

	Seite
Leichtathletik - Läufe 2008	2
Mitgliederversammlung / Jubiläen	4
Sportabzeichen 2008	5
Gruppen stellen sich vor:	
Walking	7
Turnen Frauen	8
Fahrradrallye	10
Rätsel	11
Kurz notiert, Impressum	12



## Leichtathletik Läufe 2008

Auch im Jahr 2008 nahm der TV-Alpenglühn wieder an einigen Volksläufen in unserer Region teil! In der ersten Jahreshälfte ging es, wenn auch erst mit wenigen Athleten, auf zum Donatussee und Ostermontag nach Kerpen. Beide Male kämpfte sich Dominik Fischer bei den Schülerläufen durch die Konkurrenz und erzielte sehr gute Zeiten. In Kerpen stellten sich dann auch die Erwachsenen bei den größeren Läufen ihren Mitstreitern und liefen was das Zeug hält.



Schon im letzten Jahr nahm der TVB erfolgreich beim Frechener Frühlingslauf teil und erzielte gute Plätze in den vorderen Bereichen! Das war dieses Jahr sogar noch zu toppen! Mit einer großen Truppe von siegeswilligen Läufern platzierten sich alle im vorderen Drittel des Starterfeldes. „Nur meine Wenigkeit blieb mal wieder so im guten Mittelfeld stecken“ ;)



Zum Jahresende machte sich der TVB gleich mit 8 kleinen Athleten auf nach Lechenich zum Ertstadtlauf wo bei 1,5 km Laufstrecke alle Läufer eine gute Figur machten! Hierbei besonders hervorzuheben ist der David und der Johannes die in ihrer Altersklasse jeweils einen sehr guten Platz belegten!



Alles in allem war es wieder ein schönes und erfolgreiches Läuferjahr beim TVB, der sich beim Ausrichter der verschiedenen Läufe immer wohlgeföhlt hat. An dieser Stelle geht auch wieder der Dank an die Eltern, deren Anfeuern, Ihre moralische Unterstützung und nicht zuletzt ihre Fahrdienste eine Teilnahme unsere kleinen Athleten erst ermöglicht.

...auf in das Läuferjahr 2009!

Sven Görner

## Ergebnisse:

### 4. Volks- und Straßenlauf „Rund um den Donatussee“ am 09.03.2008

Schüler-Lauf - 1,1 km

Rang	Name	Jahrg.	Rang AK	Zeit
57	Dominik Fischer	1996	16	0:05:11

### 7. Kerpener Stadtlauf am 24.03.2008

Jugendlauf - 1,3 km

Rang	Name	Jahrg.	Rang AK	Zeit
29	Dominik Fischer	1996	11	0:05:06

5 km-Lauf

Rang	Name	Jahrg.	Rang AK	Zeit
19	Stefan Buch	1992	4	0:23:41

10 km-Lauf

Rang	Name	Jahrg.	Rang AK	Zeit
43	Franziska Hecht	1970	8	0:57:51
195	Rüdiger Hecht	1968	37	0:57:51

### 2. Frechener Frühlingslauf am 13.04.2008

Schülerlauf - 2,2 km

Rang	Name	Jahrg.	Rang AK	Zeit
7	Tobias Schilling	1998	3	0:10:07
22	Dominik Steiger	1995	4	0:11:13
29	Dominik Fischer	1996	5	0:11:26
31	Markus Lieschied	1995	6	0:11:28
32	Jonas Pape	1999	9	0:11:32
33	Moritz Pape	1997	14	0:11:34

5 km-Lauf

Rang	Name	Jahrg.	Rang AK	Zeit
53	Sven Görner	1984	11	0:22:07

### 5. Ertstadtlauf am 26.10.2008

Schülerlauf - 1,5 km

Rang	Name	Jahrg.	Rang AK	Zeit
23	Johannes Werner	1998	2	0:05:49
24	David Cieslik	1996	1	0:05:50
51	Pascal Hecht	1999	4	0:06:14
67	Jonas Pape	1999	7	0:06:24
71	Moritz Pape	1997	12	0:06:27
82	Dominik Fischer	1996	10	0:06:33
245	Roman Cieslik	2001	27	0:08:01
157	Sarah Hundertmark	1998	27	0:08:23



## Mitgliederversammlung und Vorstandswahlen 2009

Am 02. Februar 2009 fand unsere Mitgliederversammlung in der Seniorentagesstätte in Brügggen statt. Erfreulicherweise trafen sich dieses Jahr insgesamt 44 interessierte Vereinsmitglieder einschließlich Vorstand. Nach der Begrüßung und Eröffnung der Versammlung erfolgte der Jahresbericht. Manfred Zimmer erläuterte die geleistete Arbeit und getroffenen Entscheidungen des Vorstandes im vergangenen Jahr anhand des Rechenschaftsberichtes und gab eine Aussicht auf die Aktivitäten im Jahr 2009. Im Anschluss erläuterte der Schatzmeister Michael Weyer den Rechnungsabschluss durch das Verlesen der Einnahmen und Ausgaben. Die Kassenprüfer bestätigten den Kassenbestand und eine einwandfreie Kassenführung und beantragten die Entlastung des Vorstandes.

Vor der Entlastung des Vorstandes beschloss die Mitgliederversammlung auf Antrag des Vorstandes zwei Satzungsänderungen, außerdem wurde für das Jahr 2010 eine Beitragsanpassung festgelegt. Die aktuelle Satzung wird in Kürze auf unserer Homepage unter [www.TV-Alpengluhn.de](http://www.TV-Alpengluhn.de) nachzulesen sein.

Die anschließende Neuwahl des Vereinsvorstandes wurde durch Heribert Schauff geleitet.

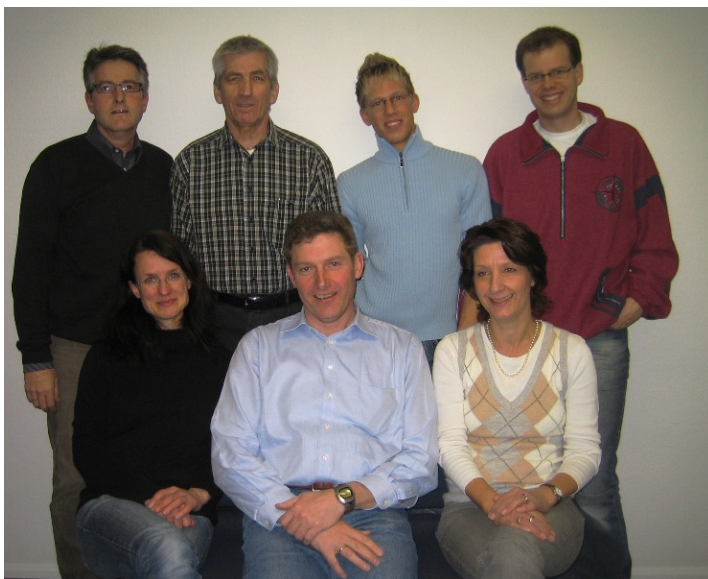
Der neue Vorstand setzt sich wie folgt zusammen:

1. Vorsitzender	Manfred Zimmer
2. Vorsitzende	Anne Burfeid Peters
1. Geschäftsführerin	Helga Friedrichs
2. Geschäftsführer	Michael Weyer
1. Schatzmeister	Jörg Hundertmark
2. Schatzmeisterin	Karin Jakobi
Pressewartin	Mara Jakobi
Jugendwart	Sven Görner
Gerätewart	Bernd Eßer

Nach dem offiziellen Teil der Mitgliederversammlung wurde noch gemütlich beisammengesessen und diskutiert. Gegen 22:30 Uhr endete die Versammlung des TV-Alpengluhn Balkhausen 1900 e.V.

An dieser Stelle möchte ich mich nochmals bei allen bedanken, die bei der Abwicklung der Geschäfte und des Sportbetriebes mit beigetragen haben. Der Dank gilt besonders allen Vorstandsmitgliedern, deren Familien und den engagierten Vereinsmitgliedern die am Vereinsleben mitwirken.

Manfred Zimmer



(Wegen Verhinderung fehlen noch Karin und Mara Jakobi auf dem Bild)

## Mitgliedsjubiläen 2009

In diesem Jahr können folgende Mitglieder runde Jubiläen im TVB feiern:

Monika Gast	25 Jahre im TVB
Karl-Heinz Esser	25 Jahre im TVB
Giesela Esser	25 Jahre im TVB
Marlene Kalker	30 Jahre im TVB
Agnes Schuba	30 Jahre im TVB
Riet Vogel	30 Jahre im TVB

Wir bedanken uns für Ihre langjährige Mitgliedschaft und hoffen, dass Sie noch viele Jahre lang den Spaß am Sport im Verein nicht verlieren.

## Sportabzeichen 2008

Die Frage vom letzten Jahr, ob die Anzahl der Sportabzeichen nochmals steigerungsfähig ist, kann man bei den Erwachsenen mit einem eindeutigen „JA“ beantworten. Da in diesem Jahr leider keine Weihnachtsfeier stattfand, wurden

die Sportabzeichen offiziell in den einzelnen Gruppen von den Übungsleitern /-innen bzw. bei der Mitgliederversammlung verliehen. Die insgesamt 61 Sportabzeichen verteilten sich wie folgt:

Name	Vorname	Gruppe	Abzeichenart	Anzahl
Bauer	Tom	Leichtathletik	Jugendsportabzeichen Bronze	1
Kruse	Kai	Leichtathletik	Jugendsportabzeichen Bronze	1
Henneböl	Sarah	Leichtathletik	Jugendsportabzeichen Bronze	1
Pape	Jonas	Leichtathletik	Jugendsportabzeichen Bronze	1
Hundertmark	Sarah	Leichtathletik	Jugendsportabzeichen Bronze	1
Kruse	Jan	Leichtathletik	Jugendsportabzeichen Bronze	1
Pape	Moritz	Leichtathletik	Jugendsportabzeichen Bronze	1
Cieslik	David	Leichtathletik	Jugendsportabzeichen Bronze	1
Willerscheid	Lukas	Leichtathletik	Jugendsportabzeichen Bronze	1
Greaney	Miriam	Leichtathletik	Jugendsportabzeichen Bronze	1
Werner	Johannes	Leichtathletik	Jugendsportabzeichen Bronze	1
Schilling	Tobias	Leichtathletik	Jugendsportabzeichen Silber	1
Schäfer	Tim	Leichtathletik	Jugendsportabzeichen Silber	1
Schmitz	Janina	Leichtathletik	Jugendsportabzeichen Silber	1
Stollenwerk	Tim	Leichtathletik	Jugendsportabzeichen Silber	1
Betzing	Jan	Leichtathletik	Jugendsportabzeichen Silber	1
Buch	Stefan	Leichtathletik	Jugendsportabzeichen Silber	1
Hecht	Pascal	Leichtathletik	Jugendsportabzeichen Gold	1
Menz	Florian	Leichtathletik	Jugendsportabzeichen Gold	1
Kruppa	Gina	Leichtathletik	Jugendsportabzeichen Gold	1
Fischer	Dominik	Leichtathletik	Jugendsportabzeichen Gold	1
Schubert	Jennifer	Leichtathletik	Jugendsportabzeichen Gold	1
Schubert	Jacquiline	Leichtathletik	Jugendsportabzeichen Gold	1
Sprokamp	Christoph	Leichtathletik	Jugendsportabzeichen Gold	1
Peters	Lars	Leichtathletik	Jugendsportabzeichen Gold	1
Heuser	Klara	Leichtathletik	Jugendsportabzeichen Gold	4
Peters	Marc	Leichtathletik	Jugendsportabzeichen Gold	4
Sprokamp	Markus	Leichtathletik	Jugendsportabzeichen Gold	4
Heuser	Sophie	Leichtathletik	Jugendsportabzeichen Gold	5
Steiger	Dominik	Leichtathletik	Jugendsportabzeichen Gold	6
Lieschied	Markus	Leichtathletik	Jugendsportabzeichen Gold	6
Sprokamp	Anne	Leichtathletik	Sportabzeichen Bronze	2
Kulartz	Peter	Leichtathletik	Sportabzeichen Gold	34



Name	Vorname	Gruppe	Abzeichenart	Anzahl
Hoffmann	Luisa	Turnen	Jugendsportabzeichen Bronze	1
Hüffel	Dario	Turnen	Jugendsportabzeichen Bronze	1
Peters	Marit	Turnen	Jugendsportabzeichen Silber	1
Hoffmann	Jana	Turnen	Jugendsportabzeichen Silber	1
Ruland	Denise	Turnen	Jugendsportabzeichen Silber	1
Eppingen	Kim	Turnen	Jugendsportabzeichen Silber	1
Riering	Lea	Turnen	Jugendsportabzeichen Silber	1
Hundertmark	Christina	Frauen	Sportabzeichen Bronze	1
Dilla-Schneider	Ursula	Frauen	Sportabzeichen Bronze	1
Thelen	Erika	Frauen	Sportabzeichen Bronze	1
Sprokamp	Sibylle	Frauen	Sportabzeichen Bronze	1
Jonas	Cornelia	Frauen	Sportabzeichen Bronze	1
Pöysti-Limp	Marjatta	Frauen	Sportabzeichen Bronze	1
Bauer	Elke	Frauen	Sportabzeichen Bronze	1
Lieschied	Gabriele	Frauen	Sportabzeichen Bronze	1
Axer	Theo	Männer	Sportabzeichen Bronze	2
Betzing	Peter	Männer	Sportabzeichen Bronze	2
Breitbach	Michael	Männer	Sportabzeichen Bronze	2
Eßer	Bernd	Männer	Sportabzeichen Bronze	2
Flock	Willi	Männer	Sportabzeichen Bronze	2
Hecht	Rüdiger	Männer	Sportabzeichen Bronze	1
Hundertmark	Jörg	Männer	Sportabzeichen Bronze	2
Karthaus	Christian	Männer	Sportabzeichen Bronze	2
Peters	Harald	Männer	Sportabzeichen Bronze	2
Volk	Dirk	Männer	Sportabzeichen Bronze	2
Wenz	Ralf	Männer	Sportabzeichen Bronze	2
Zimmer	Manfred	Männer	Sportabzeichen Gold	7
Beck	Werner	Männer	Sportabzeichen Gold	13



38 Kinder und Jugendliche sowie 23 Erwachsene. Wir gratulieren auch in diesem Jahr den Sportlern und freuen uns auf 2009.

### Trainingszeiten fürs Sportabzeichen

Nach Absprache mit Sven Görner, immer freitags ab 19 Uhr auf dem Sportplatz, Gymnicherstraße (Tel. 0 22 37 / 97 56 53)

### Danke, Herr Schmitz !

Der TV Alpenglühn möchte sich auf diesem Weg einmal bei dem Hausmeister der Albert-Schweitzer-Schule, Brügggen , Herrn Schmitz, ganz herzlich bedanken.

Ist die Beleuchtung im Geräteraum defekt, fehlt mal wieder Toilettenpapier oder muss ein Kasten

repariert werden, Herr Schmitz bemüht sich immer, die Angelegenheit zeitnah zu beheben.

Auch als im Januar die Temperatur in der Turnhalle nahe dem Gefrierpunkt war, war er es, der die Heizungsmonteur zur Eile antrieb. Dafür muss er allerdings auch von dem Problem Kenntnis haben! Leider scheint sein Einfluss auf das Reinigungsteam nicht so groß zu sein, denn es ist nach wie vor ausgesprochen dreckig.

Eines soll an dieser Stelle einmal angemerkt werden: Bevor man sich bei der Stadt beschwert, lieber Herrn Schmitz persönlich ansprechen! Er ist vormittags über die Telefonnummer der Schule (Tel. 02237/7707) zu erreichen.

Anne Burfeid-Peters

## Walkinggruppe - Schneewanderung

### Was ist Walking?

Schnelles Gehen mit Armeinsatz.

Walking eignet sich besonders als Einstiegs-sportart für Untrainierte, Übergewichtige und als neue Sportart für ältere Personen, die etwas für ihr persönliches Wohlbefinden tun wollen. Walking ist auch ein geeigneter Familiensport.

Da die Belastung für Gelenke, Sehnen, Bänder und Wirbelsäule wesentlich geringer als z. B. beim Jogging ist, erzielt Walking ebenso in der Rehabilitation hervorragende Wirkungen. Auch auf die Psyche kann Walking positiv Einfluss nehmen. Durch die regelmäßige sportliche Bewegung werden Stress und Probleme des Alltags- bzw. Berufslebens in den Hintergrund gestellt und aufgrund der körperlichen Fitness und des verbesserten körperlichen Wohlbefindens kann man viel gelassener reagieren. Da Walking in der freien Natur ausgeübt wird, ist „Abschalten“ angesagt und das Genießen von Wald und Flur tritt in den Vordergrund. Dies alles bewirkt auch, dass man wesentlich weniger anfällig gegen Krankheiten ist, da das Immunsystem gestärkt wird.

Jeden Mittwoch um 18:00 Uhr treffen wir uns am Schützenplatz, Ursfelder Straße bei Wind und Wetter (ausgenommen Gewitter und Glatteis). Wir beginnen mit leichten Lockerungs- und Aufwärmübungen, bevor wir dann in Richtung Feld marschieren. Im Winter, d.h. von Ende Oktober bis Mitte März nehmen wir eine andere Route, und zwar entlang der Erft. Nach ca. einer Stunde am Schützenplatz wieder angekommen, beenden wir unsere Walkingstunde mit einigen Dehnübungen. Im Sommer entschließen wir uns oft spontan, je nach Wetterlage, gemeinsam noch ein Bier in einem Biergarten zu genießen.

Da das neue Jahr mit starken Schneefällen begann und im Feld noch reichlich Schnee lag, entschied sich die Walkinggruppe am Mittwochabend, den 07.01.2009 um 18:00 Uhr spontan zu einer Schneewanderung. Dick verumumt und mit Moonboots ausgerüstet stapften wir vom Schützenhaus, Ursfelder Str. in Richtung Gut Hohenholz. Hermann-Josef Lambertz hatte zufällig eine Digitalkamera dabei und konnte somit von der Gruppe abschließend ein Foto machen. Allen Teilnehmern hat dieser besondere Abend viel Spaß gemacht.

Uschi Schauff



## „Top in Form“

### Frauengymnastik Mittwochmorgens

- Name:** Anne Burfeid-Peters  
**Alter:** bald 50 Jahre  
**Wohnort:** Kerpen Brüggen  
**Familienstand:** verheiratet, 3 Kinder  
Lars (16), Marc (12), Marit (10)  
**Übungsleiter:** allgemeiner ÜL-C  
Bewegungserziehung im  
Kleinkind- und Vorschulalter  
Bewegung, Spiel & Sport  
für 6-12jährige Kinder
- Fortbildungen:** XXL-Kids,  
Sport für schwergew. Kids,  
Psychomotorik-Schulung  
Walking & Nordic Walking  
Aerobic & Step-Aerobic  
Pilates
- Übungsleiter für:** Eltern-Kind-Turnen  
Kinderturnen von 3-4 Jahren  
Fitness für Frauen

im TV Alpenglühn: seit 1999



Frei nach dem Motto „Top in Form“ treffen wir uns Mittwochmorgens in der Zeit von 9:45 bis 10:45 Uhr zum Training in der Turnhalle der Albert-Schweitzer-Schule, Brüggen.

Soll man eine Aussage über das Alter der Teilnehmerinnen machen, so trifft wohl Ü 30 bis U 80 zu. Und darin liegt auch der Reiz der Stunde: Jeder Altersklasse gerecht werden. Manch älterer Teilnehmerin gefällt schon mal meine Musik nicht so recht - zu laut und zu bassbetont – aber mitgemacht wird trotzdem!

Ziel ist es Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit, aber auch Koordination und Konzentration zu verbessern. Mit anderen Worten Sport für Körper und Geist! Dabei versuche ich in jeder Übungsstunde die Schwerpunkte anders zu legen; denn Abwechslung ist wichtig.

Nach einer Aufwärmphase mittels Aerobic oder Stepp-Aerobic und kurzem pre-Stretching folgt Ausdauertraining in Form von kleinen Choreographien. Mit der entsprechenden Musik werden die Teilnehmerinnen auf die folgenden Übungen eingestimmt.



Ausdauer heißt: Eine bestimmte Leistung über einen möglichst langen Zeitraum durch zu halten. Und dann sollen auch noch Arme und Beine

gleichzeitig, aber in unterschiedliche Richtungen auf recht dynamische Musik bewegt werden...



Im anschließenden Workout oder Kräftigungsteil können gezielt Problemzonen angegangen werden. Hier kommen oft auch Hanteln, Zugbänder, Bälle, Balancepads und andere Geräte zum Einsatz. Jeder kennt sie, die gefürchteten "letzten Wiederholungen" einer

Übung, obwohl einem doch eh schon der zu trainierende Körperteil fast abfällt! - Aber dann ist es auch fast schon geschafft!



Genauso wichtig wie richtiges Aufwärmen ist zum Ende der Stunde das Cool down, die Stretching- und Entspannungsphase. Begleitet von ruhiger, entspannender Musik werden die beanspruchten Muskeln gedehnt. Wenn es die Hallentemperatur zulässt, folgen manchmal noch eine Igelballmassage, eine Entspannungsgeschichte oder eine progressive Muskelentspannung.

Wer den Morgen so begonnen hat, der ist hoffentlich für den restlichen Tag bestens gewappnet!



Also, wer **Mittwochvormittag** noch nichts Besseres vorhat: **Mitmachen!**

Anne Burfeid-Peters

## TVB - Fahrradrallye 2009 mit anschließendem Grillvergnügen



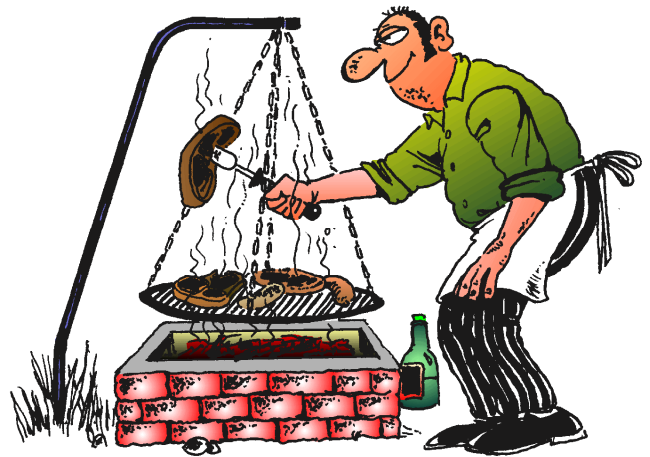
Unsere diesjährige Fahrradtour findet am Sonntag, den 07.06.2009 statt. Start ist der Sportplatz Gymnicher Straße; wir treffen uns dort um 13.00 Uhr.

Bei der Fahrradrallye kommt es nicht auf die Schnelligkeit an, denn außer den sportlichen Leistungen wird auch das Denkvermögen mit Fragen und kleinen Aufgaben gefordert. Die Strecke wird auch für Kinder gut zu bewältigen sein. Zielpunkt ist ein Grillplatz im Tagebau Frechen (Trafo Station 61)

Nach dem anstrengenden Teil darf bei leckerem Essen und kühlen Getränken auf dem Grillplatz entspannt werden. Bringen Sie dazu bitte Geschirr, Gläser, Besteck, Grillgut, Salate etc. mit.

### Für Getränke sorgt der Verein.

Zur besseren Kalkulation die Anmeldungen bitte bis zum 01.06.2009 bei den Übungsleitern oder



beim Vorstand abgeben. Wir freuen uns auf einen schönen Nachmittag!

Udenkbar, aber theoretisch möglich: Bei Dauerregen müssen wir kurzfristig absagen.

.....  
Abschnitt abtrennen und bis zum 01.06.2009 bei den Übungsleitern oder beim Vorstand abgeben. Bitte deutlich schreiben!



# TV Alpenglühn

Balkhausen 1900 eV

### ANMELDUNG ZUR FAHRRADTOUR 2009

Wir nehmen an der diesjährigen TVB-Fahrradtour am 07.Juni 2009 teil.

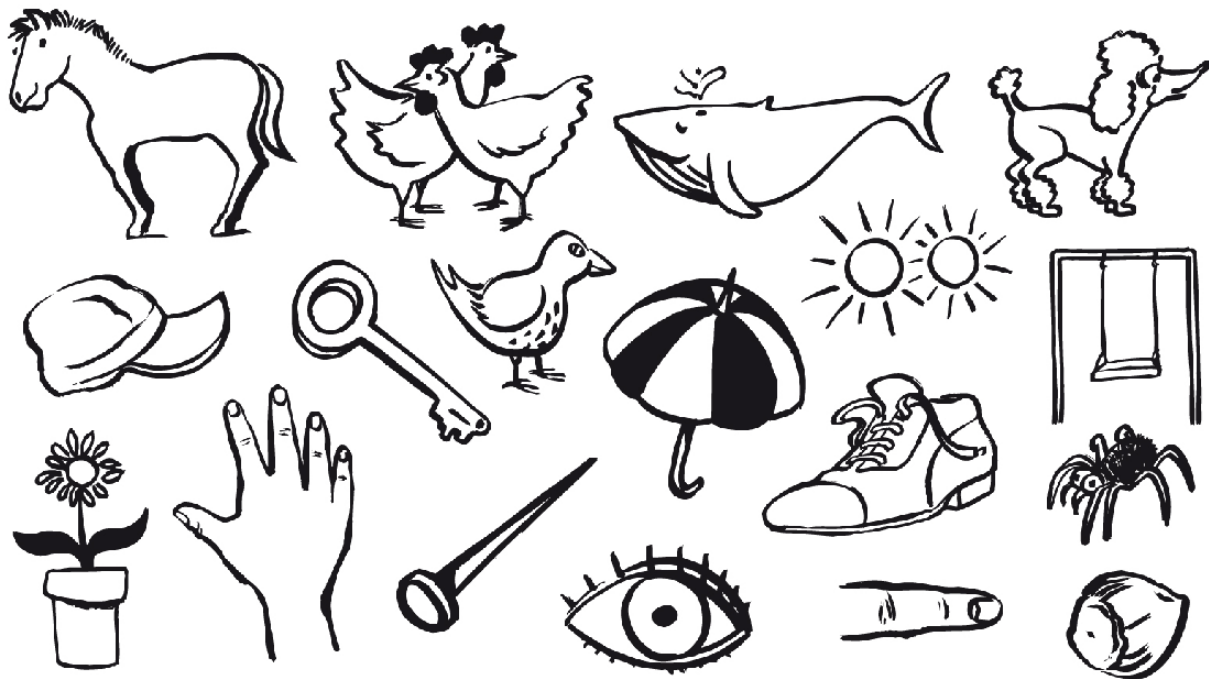
NAME: \_\_\_\_\_

TEL. NR.: \_\_\_\_\_

Es nehmen teil \_\_\_\_\_ Erwachsene, \_\_\_\_\_ Kinder.

### Rätselseite

Aus den hier gezeichneten achtzehn Begriffen kann man insgesamt neun zusammengehörende Wortpaare (wie z.B. Löwenzahn) bilden. - Findest Du sie heraus? (Lösung auf Seite 12)



### Einer fehlt

In jeder Zeile versteckt sich ein Wort; nur ein Buchstabe fehlt. Alle gesuchten Wörter haben mindestens fünf Buchstaben. Wir suchen sechs Frühlingsblumen und drei weitere Wörter, die mit Ostern oder dem Frühlingswetter zu tun haben. Die fehlenden Buchstaben ergeben, von oben nach unten gelesen, das Lösungswort: keine Blume, sondern ein Tier, einen klassischen Osterbraten. (Lösung auf Seite 12)

M	E	D	I	U	K	R		K	U	S	S	E	M	S
A	R	N	A	R	Z	I		S	E	N	T	E	R	N
G	Ä	L	S	B	R	E		U	L	P	E	N	Z	E
Ö	B	E	K	L	Ö	W		N	Z	A	H	N	T	E
I	N	S	K	A	R	F		E	I	T	A	G	U	M
S	C	H	N	E	E	G		Ö	C	K	C	H	E	N
K	O	R	R	S	C	H		U	E	R	S	T	I	G
F	L	E	V	O	L	L		O	N	D	O	C	H	E
O	N	I	S	P	R	I		E	L	N	O	P	P	S

Lösungswort:



## KURZ NOTIERT

### Neue Kurse 2009

- **Laufschule** ab 21.04.2009 immer dienstags, 18:30 Uhr, auf dem Sportplatz Balkhausen, Gymnicherstraße.
- **Yoga-Kurs** ab 22.04.2009 immer mittwochs ab 19:15 Uhr, in der Turnhalle in Türnich
- **Stepp-Aerobic Kurs** ab 22.04.2009 immer mittwochs ab 20:30 Uhr, in der Turnhalle in Türnich
- **Inliner Kurs** für Kinder und Erwachsene am Samstag, 25.04.2009 ab 09:30 Uhr, in der Turnhalle in Brüngen

Anmeldeformulare im Internet oder beim Vorstand. Anmeldungen sind verbindlich, keine Gebührenrückerstattung bei Verhinderung der Teilnehmer!

Nach den Sommerferien sollen weitere Kurse in Yoga und Rückengymnastik angeboten werden. Bitte achten Sie auf die Informationen in unseren Schaukästen oder auf unserer Homepage [www.tv-alpengluehn.de](http://www.tv-alpengluehn.de).

### Fahrradtour 2009

Am 7. Juni 2009 findet wieder unsere Fahrradtour statt. Sie ist nicht nur für Kinder, sondern auch für Erwachsene jeden Alters ein Highlight. Anmeldungen im Heft.

### Weihnachtsfeier 2009

Wie bereits angekündigt findet unsere diesjährige Weihnachtsfeier am 12.12.2009 in der Erthalde in Türnich statt. Termin bitte vormerken!

### Änderung von Adresse und Kontoverbindung

An dieser Stelle nochmals die Bitte an unsere Mitglieder. Bitte denken Sie daran bei einer Änderung Ihrer Adresse bzw. Kontoverbindung uns dies schriftl. mitzuteilen. Ein entsprechendes **Formular finden Sie auf unserer Homepage [www.TV-Alpengluehn.de](http://www.TV-Alpengluehn.de) in der Rubrik „Mitgliedschaft“**. Beim Einzug der Mitgliedsbeiträge werden ansonsten Rückbuchungsgebühren fällig, die wir Ihnen in Rechnung stellen müssen.

### Übrigens

Unsere Zeitung ist auch in Farbe erhältlich. Unter **[www.TV-Alpengluehn.de](http://www.TV-Alpengluehn.de)** in der Rubrik „Sport im Verein“ und „Archiv“ sind unsere Ausgaben seit 2/2005 hinterlegt!

### Zu Ostern



#### Lösung der Rätsel:

1. Walnuss, Schaukelpferd, Hühnerauge, Schlüsselblume, Vogelspinne, Pudelmütze, Handschuh, Sonnenschirm, Fingernagel,
2. Osterlamm

## IMPRESSUM

Vereinszeitung des TVB Alpenglühn Balkhausen 1900 e.V.



#### Vorstand:

1. Vorsitzender: Manfred Zimmer
  2. Vorsitzende: Anne Burfeid-Peters
  1. Geschäftsführerin: Helga Friedrichs
  2. Geschäftsführerin: Michael Weyer
  1. Schatzmeister: Jörg Hundertmark
  2. Schatzmeister: Karin Jakobi
- Jugendwart: Sven Görner  
Gerätewart Bernd Eßer  
Pressewartin: Mara Jakobi ( 0 22 37 / 56 19 71

#### Redaktion:

Anne-Burfeid-Peters, Sven Görner, Uschi Schauff, Manfred und Martina Zimmer

#### Geschäftsstelle:

50156 Kerpen, Postfach 4246

#### Internet:

[www.TV-Alpengluehn.de](http://www.TV-Alpengluehn.de)

#### Bankverbindung:

Kreissparkasse Köln (BLZ 370 502 99) 134 002 440

#### Druck:

Peter Rey Copia GmbH, 50169 Kerpen