

# Inhaltsverzeichnis

Grußwort des 1. Vorsitzenden	2
Aus den Abteilungen	
Tennis	4
Handball	8
Fußball	15
Badminton	21
Volleyball	28
Ju-Jutsu	36
Kinderturnen	40
Mosus	41
Rehasport Neurologie	44
Wirbelsäulengymnastik	46
Rehasport Orthopädie	47
Nordic Walking	49
Kurs Stressbewältigung	50
Spielmannszug	52
Berichte	
Gillerbergfest 2023	53
Hallenbeleuchtung	56
Vereinskollektion	57
Neu im Verein	61
Wir gratulieren zum Geburtstag	62
Hallenbelegung	65
Aufgaben und Funktionen	71
Termine & Impressum	74
Nachruf Ehrenmitglied Manfred Groos	75
Nachruf	76

# Grußwort des 1. Vorsitzenden

Liebe Vereinsmitglieder,

schon wieder ist mehr als ein halbes Jahr vorbei und wir blicken zurück auf die 1. Jahreshälfte 2023 im TV Littfeld.

Wir sind sehr froh darüber, dass wir sowohl im Vereinsheim als auch in der Vereinshalle auf die viel sparsamere LED-Beleuchtung umstellen konnten. Bis zu 70 % Stromeinsparung kann das in diesem Bereich für uns bedeuten. Es folgt noch die entsprechende Umstellung in den Nebenräumen.

Besten Dank für den großartigen Arbeitseinsatz von Sascha Wege, den drei Süßmännern, Jürgen Sängler und Andreas Beckmann. Die Prüfung der Errichtung einer Photovoltaikanlage auf der Vereinshalle läuft im vollen Gange. Von der Statik her ist grundsätzlich solch eine Anlage machbar. Vielen Dank an dieser Stelle unserem „hauseigenen“ Statiker i. R., Dieter Verderber.

Sportlich mussten wir leider den Abstieg unserer 1. Handballmannschaft aus der Bezirksliga hinnehmen. Und auch den Abschied nach 14 Jahren Trainertätigkeit von Frank Wodrazzka, der nach



dem letzten Meisterschaftsspiel, welches übrigens gewonnen wurde, offiziell verabschiedet wurde. Noch einmal an dieser Stelle: „Frank, Du hast unseren Handball wie kein anderer in den letzten 14 Jahren verkörpert und geprägt. Danke für Deine gute Arbeit. Es freut uns, dass Du schon signalisiert hast, dass wir in der Handballabteilung weiter – in anderer Form – mit Dir rechnen können.“ Wir sind froh, dass wir mit Sven Siemens aus Olpe einen sehr engagierten Trainer, der sehr gut zu unserem Verein passt, gewinnen konnten.

Erfolge konnten wir wiederholt bei unseren Alters-Badmintonspielern

# Grußwort des 1. Vorsitzenden

erzielen: So wurde Dieter Steger erstmals Westdeutscher Meister im Einzel in seiner Altersklasse. Ein super Erfolg. Die anderen Ergebnisse hier im Heft.

Im Fußball ist besonders der erste Beinahe-Aufstieg der B-Jugend zu erwähnen. Leider wurde das letzte entscheidende Spiel in Bad Berleburg verloren. Die tolle Jugendarbeit im Fußball trägt langsam Früchte. An dieser Stelle herzlichen Glückwunsch an Uwe Steinhorst, der mit der Fußball-Kreisauswahl Ü65 die deutsche Meisterschaft gewonnen hat. „Uwe, wir sind stolz auf Dich“.

Genauso stolz sind wir auf Sonja und Sascha Wege. Unter anderem für seine 23jährigen Verdienste als Jugendleiter im Ju-Jutsu auf NRW-Ebene erhielt Sascha den 4. DAN/Schwarzgurt. Sonja den 2. DAN/Schwarzgurt. „Die Ehrung habt Ihr wirklich verdient.“

Wir freuen uns über 6 dritte Platzierungen unserer Leichtathletik-Jugend auf dem Giller und natürlich über den 1. Platz von unserem Geschäftsführer Michael Nothacker in seiner Altersgruppe.

Die Tennissaison ist voll am Lau-

fen und wir sind gespannt auf die Ergebnisse. Ansonsten greifen wir wieder im Handball, im Fußball, im Badminton und im Volleyball in der nächsten Meisterschafts-Saison an.

Die bisherigen TV-Sportveranstaltungen: Karl-Birkelbach-Leichtathletik-Treffen, Volleyballturnier, Tennispingstturnier und auch das Pfingstfest auf der Silberhardt (Dorfgemeinschaft) waren alleamt bei gutem Wetter wieder toll besucht und ein voller Erfolg. In diesem Heft dazu mehr. Vielen Dank den zahlreichen Helfern bei allen Veranstaltungen.

Um künftig einen gerechten Helfereinsatz aus den einzelnen Abteilungen zu gewährleisten, wollen wir im nächsten Jahr erstmals versuchen, durch ein „Arbeitseinsatz-Management“ im Vorfeld die Abläufe zu optimieren. Genaueres folgt in den kommenden Vereinsnachrichten.

Ich wünsche Euch allen eine schöne Spätsommerzeit.  
Herzlichst

Michael Bald  
(1.Vorsitzender)

# Tennis

## Tennis-Team TV Littfeld

Mit zwölf Teams gehen wir in 2023 an den Start. Im Erwachsenenbereich melden wir Damen, Damen 30/1, Damen 30/2, Herren 1, Herren 2, Herren 40, Herren 50 und Herren 65. Im Jugendbereich vertreten vier Mannschaften (Junioren U15 und U18, Juniorinnen U15) den Verein. Ein Dank geht hier an die Eltern der Kinder, die sich rege bei den Vereinsspielen beteiligen und die Kinder somit unterstützen. Weiterhin melden wir in Kooperation mit dem TC Rahrachtal zwei gemischte Mannschaften, die in Rahrbach spielen.

Beste Bedingungen für gute Spiele und eine volle Platzbelegung. Zuschauer sind bei allen Spielen herzlich willkommen (Jugendmannschaften spielen unter der Woche, Damen 30/1, Herren 40 und 50 samstags ab 13:00 Uhr, alle Damenmannschaften und die Herren sonntags ab 10:00 Uhr).

Ergebnisse der Mannschaften erscheinen in der nächsten Ausgabe, es wird aber ein kurzer Einblick in die laufende Saison gegeben.



Volles Haus und bestes Wetter beim Kindelsberg-Pfingstcup 2023

## Kindelsberg-Pfingstcup 2023

Unter dem Motto „10 Jahre Pfingstcup“ starteten wir wieder durch. Mit 78 Teilnehmern waren unsere Plätze von Freitag bis Montag ausbucht. Zu dem 10-Jährigen schenkte uns der Tenniswetertgott ein sonniges Pfingstwochenende. Am Finaltag konnten etliche Zuschauer begeisternde Endspiele bei perfekten Rahmenbedingungen sehen.

Am Grillstand verwöhnte uns unser Einsatzteam an allen Tagen mit leckeren Würstchen, Fleischkäse, Steaks und Pommes.

Unsere Turnierleitung (Simon Krämer und Erik Süßmann für Littfeld, Mara Sonntag und Simon Meckel für Rahrbach) leisteten hervorragende Arbeit und wurden von



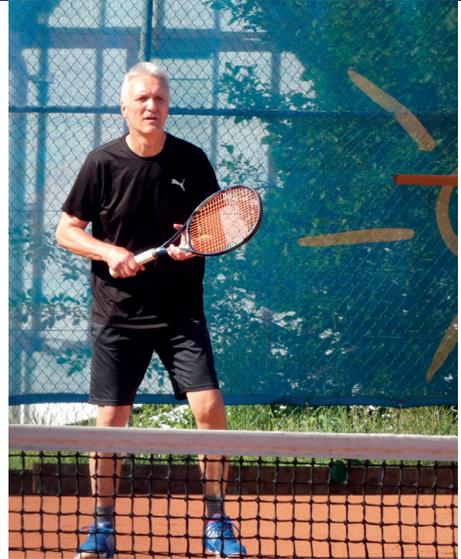
Auch für die richtige Verpflegung war gesorgt

allen Turnierteilnehmern gelobt.

Als Sieger für unseren Verein durften sich Enno von Fircks (1. Sieger bei den Herren B), Frank Schroll (1. Sieger NR Herren 50 B) und Klaus Süßmann (1. Sieger NR Herren 40) freuen.

Ein herzlichen Dank geht an alle Helfer unseres Vereins ohne die diese Veranstaltung nicht möglich wäre!

Weiter Informationen über: [www.facebook.com/kindelsbergpfingst-cup](http://www.facebook.com/kindelsbergpfingst-cup)



Sieger der NR Herren 50 B: Frank Schroll

## Erfreuliches zur laufenden Saison

18 von 22 Spielen sind bereits absolviert und wir sind aktuell durchaus erfolgreich unterwegs. Bereits 11 Siege und zwei Unentschieden konnten eingefahren werden. Und die Siege werden nicht nur bei den Seniorenmannschaften, sondern auch in der Jugend eingefahren.

Wenn wir auf die beiden höchstspielenden Mannschaften (Südwestfalenliga, 1. Damen 30 und Herren 65) schauen, sehen wir einen souveränen 6-0 Auftaktsieg

# Tennis

der Damen 30 und eine 2-1 Bilanz der Herren 65. Auch die anderen Teams sind teilweise überraschend gut in die Saison gestartet. Aktuell belegen 6 Mannschaften den 1. Platz in ihrer Tabelle.

Tennis-Spieltermine können hier eingesehen werden:  
[www.tv-littfeld-tennis.club/terminkalender](http://www.tv-littfeld-tennis.club/terminkalender) oder auf der TVL Tennis Startseite

## Winter 2022/2023

Die Damen 30 konnten ihren Aufstiegsplatz in der Verbandsliga halten und wurden 5. Die Herren 40 konnten ihren Platz nicht halten und steigen in die Südwestfalenliga ab.

Die Herren steigen nach 5 Siegen verdient in die Bezirksklasse auf.

Herzlichen Glückwunsch!

ZUNAHME GLOBALE STAATSVerschuldung

NEGATIVZINSEN

PLEITEWELLE

STEIGENDE INFLATION

Schutz vor der drohenden Geldentwertung:

# MB-PREMIUM DEPOT

- + Rendite über der Inflationsrate
- + jederzeitige Verfügung
- + Insolvenzgeschützt



Agentur für  
Finanzdienstleistungen  
*Unabhängig denken, intelligent handeln!*

[www.mb-finanz.de](http://www.mb-finanz.de)



## Erfolgreiches Schnuppertraining

Dank der frühzeitigen Platzaufbereitung konnten die Netze bereits eine Woche vor dem Schnuppertraining gespannt und für die Mitglieder freigegeben werden. Somit waren wir einer der frühesten Anlagen im Sieger- und Sauerland, die den Tennisplatz öffnen konnten.

Für uns bot sich dadurch bereits im April die Möglichkeit, ein erstes Schnuppertraining für Kinder anzubieten. Unter der Leitung von Chiara Klimach und ihren Helfern wurden die über dreißig Kinder durch ihre erste Tenniseinheit geführt – mit großem Erfolg.

Bereits 15 Kinder zeigten großes Interesse am Tennissport und wollen diesen bei uns weiterverfolgen. Die Kinder waren begeistert von der ersten Tenniseinheit und hatten viel Spaß dabei.

Wir bedanken uns nochmals bei allen Helferinnen und Helfern für ihre Unterstützung bei der Platzaufbereitung und Hilfe beim Schnuppertraining.

## **Ansprechpartner für Tennis (Sommer und Winter):**

Erik Süßmann  
0176-46091922  
tvlittfeldtennis@gmail.com

## Trainerteam:

Chiara Klimach  
0171-2388112

Arno Wagner  
0176-58882718

# Handball

## 1. Mannschaft

Die 1. Mannschaft hat am 06.05.23 mit dem letzten Heimspiel das Kapitel Bezirksliga beendet. Zwar konnten wir gegen Schalksmühle das 2. Spiel in der Saison mit 22:17 gewinnen, zum Klassenerhalt reichte das aber nicht.

Es bleibt die Erkenntnis, dass uns für das Kräftemessen oberhalb der Kreisliga die Qualität und Quantität fehlt. Wir haben in vielen Spielen in den ersten 40 Minuten auf Augenhöhe agiert, wenn die Stammspieler dann aber eine Pause brauchen und man nur mit 11 Spielern antritt, fehlt einem jede Option das Spiel als Sieger zu be-

enden. Es war trotzdem die richtige Entscheidung den Aufstieg zu wagen, um neue Erfahrungen zu sammeln.

In der nächsten Saison starten wir in der neuen zweigeteilten Kreisliga A und wollen wieder um die Meisterschaft mitspielen.

Ich werde meine Trainertätigkeit nach 14 Jahren beenden und möchte mich nochmal bei allen bedanken, die mich in den vielen Jahren unterstützt haben.

Mit sportlichem Gruß  
Frank Wodrazka

*...die richtige Lösung!*

 **GUDER**  
Informationstechnik

Seit über 20 Jahren bieten wir Teil- und Komplettlösungen im Bereich der Informations- und Telekommunikationstechnologien an.

Als regionales Systemhaus legen wir unser Hauptaugenmerk insbesondere auf kleine und mittlere Unternehmen.

Hagener Straße 295a  
D-57223 Kreuztal-Krombach  
Tel. +49 (0) 2732/89 34-0  
Fax +49 (0) 2732/89 34-44

hallo@guder-informationstechnik.de  
www.guder-informationstechnik.de

## Verabschiedung Frank Wodrazka

Liebe Vereinsfreunde,

mit diesem Bericht möchten wir Euch über eine besondere Veränderung in der Handball-Abteilung informieren. Nach beeindruckenden 14 Jahren als Trainer unserer ersten Herrenmannschaft sowie seiner vorherigen engagierten Tätigkeit in der Jugend und in der Abteilung insgesamt hat sich unser Trainer Frank Wodrazka dazu entschlossen, den Trainerposten abzugeben.

Unser Dank für die engagierte Arbeit, die Frank in all den Jahren geleistet hat, gilt auch seiner Frau

und den Kindern, die ihn hierbei immer unterstützt haben.

Mit seiner Leidenschaft für den Handballsport, gepaart mit seinen Fähigkeiten, hat er nicht nur unsere erste Herrenmannschaft zu Erfolgen geführt sondern auch zahlreiche Talente gefördert und inspiriert.

Auch das Wohlergehen und die Weiterentwicklung der gesamten Abteilung war Frank dabei stets ein Anliegen.

Durch seinen Einsatz und dem der Spieler wurde über viele Jahre begeisternder Handball geboten, was letztlich vorletzte Saison mit dem Aufstieg in die Bezirksliga belohnt wurde. Dies hat uns als



# Handball



Handball-Freunde sehr stolz gemacht!

Auch wenn dieser Schritt in die Bezirksliga nicht von langer Dauer war, werden sich alle Beteiligten mit Stolz an diese fordernde Saison erinnern.

Mit großer Dankbarkeit haben wir Frank am letzten Spieltag in den wohlverdienten Trainer- Ruhestand verabschiedet.

Wir freuen uns, dass er uns in der Abteilung mit seinem Fachwissen und seiner Begeisterung für den Handballsport als aktives ARGE-Mitglied erhalten bleibt.

Darüber hinaus hat er sich um eine starke Trainer-Nachfolge gekümmert. Mit Sven Siemens übernimmt ein erfahrener Handball-Trainer mit Wurzeln aus

dem Rheinland und aktuellem Wohnsitz in Olpe das Zepter. Sven konnte bereits seine Fähigkeit zeigen und einen tollen Teamspirit in der zweiten Herrenmannschaft entfalten.

Dies zeigt sich besonders mit guter Trainingsbeteiligung und starkem Teamgeist.

Daher möchten wir an dieser Stelle im Namen aller unseren herzlichsten Dank aussprechen.

Sven, der bereits mit einem begeisternden Plan in die Vorbereitung gestartet ist, wünschen wir viel Erfolg für die neue Aufgabe und die kommende Saison in der Kreisliga A.

Mit sportlichem Gruß und besten Wünschen!

Handball-Freunde des  
HTV Littfeld-Eichen



**WIR SUCHEN  
DICH!**

# HTV Littfeld Eichen

Wir suchen Verstärkung für unsere  
Kreisliga A und Kreisliga B Mannschaften!

**Schaut gerne Mittwochs oder  
Freitags im Training vorbei**

**Training**

**Mi: 19:30-21:30Uhr**

**Fr: 19:00-20:30Uhr**



htv\_littfeld\_eichen



Sporthalle Littfeld

# Handball

## Männliche C-Jugend mit erneutem Verletzungspech in der Rückrunde

Die Rückrunde startete für die C-Jugend mit einer absoluten Vollkatastrophe. Der gerade erst aus langer Verletzungspause zurückgekehrte Torwart Justus Papenfuss hat sich im Training erneut schwer verletzt und kann erst frühestens im Herbst wieder ins Training einsteigen.

So mussten die vom Verletzungspech verfolgten und eh schon unterbesetzten Jungs die Rückrunde

ohne festen Torwart und sogar teilweise ohne Auswechselspieler bestreiten. Nichtsdestotrotz hat sich die Mannschaft auch von diesem Rückschlag nicht erschüttern lassen, sondern hat die Situation angenommen und hat in jedem Spiel bis zum Schluss gekämpft. Am Ende belegte die Mannschaft einen tollen 3. Tabellenplatz und hat TuS Ferndorf II und die SG Attendorf Ennest hinter sich gelassen.

In der kommenden Saison werden wir nicht drum herumkommen,

## Erwarten Sie das Maximum.

Wir sind bereit. Höchster Einsatz für Ihre Ideen. Das Maximum an Beratung, Leistung, Qualität und Zeitgewinn. **kay** druck und medien ist Ihr idealer Partner, weil wir die gleichen Ansprüche stellen wie Sie.

**kay**

druck und medien

Druckhaus Kay GmbH · Hagener Straße 121 · 57223 Kreuztal

Tel. 0 27 32 . 59 46 - 0 · Fax 0 27 32 . 59 46 - 20 · [www.druckhauskay.de](http://www.druckhauskay.de)

die Mannschaft außer Konkurrenz zu melden. Es fehlen schlicht und ergreifend zu viele Spieler, um eine B-Jugend melden zu können. Aus diesem Grund werden die B-Jugendlichen mit in der C-Jugend eingesetzt werden.

Ich möchte hiermit nochmals alle Jungs der Jahrgänge 2008 – 2011 ansprechen, donnerstags und freitags von 17:30 – 19:00 Uhr in unser Handballtraining in der Vereinssporthalle zu kommen!

Mit sportlichem Gruß  
Jochen Siegmund

## **E/F-Jugend**

Im Handball ist die E-Jugend die jüngste Altersklasse, die am regulären Spielbetrieb teilnimmt. Dabei wird eine Saison in 2 Teile aufgeteilt. Zunächst wurde bis kurz vor Weihnachten eine Vorrunde in 4 Gruppen gespielt. Die Vorrunde dient dazu alle Mannschaften gemäß Ihrer Spielstärke für die 2 Saisonhälfte aufzuteilen. So qualifizierten sich die beiden ersten jeder Gruppe für die Kreisliga und alle anderen für die 1. und 2. Kreisklasse.

Unsere E-Jugend, die eigentlich

eine Mischung aus E- und F-Jugend ist, schaffte es, sich als Gruppendritter für die 1. Kreisklasse zu qualifizieren. Gegen die Mannschaften HSG Lüdenscheid, TuS Ferndorf 2 und SG Kierspe-Meinerzhagen wurde dann bis Ende März eine dreifache Rückrunde gespielt. Obwohl leider gegen die meist größeren und älteren Gegner kein Spiel mehr gewonnen werden konnte, ging der Spaß am Spiel nie verloren. Unsere Mannschaft steigerte sich von Spiel zu Spiel und auch die F-Jugendlichen hatten mehr und mehr Anteil an den Spielen und trugen sich immer öfter auch in die Torschützenlisten ein.

Zum Highlight der Saison kam es im vorletzten Spiel der Saison. In der schon für das abendliche Drittligaspiel herausgeputzten Kreuztaler Dreifachhalle musste sich unsere Mannschaft erst Sekunden vor Schluss mit einem Tor Unterschied der 2. Mannschaft des TuS Ferndorf geschlagen geben.

Am letzten Spieltag konnten dann die jüngeren Jungs und Mädels noch an einem F-Jugend-Spielfest in Lennestadt teilnehmen. Dabei wurde in Turnierform auf dem Kleinfeld 5 gegen 5 gespielt. Un-

# Handball

sere Mannschaft konnte hier sogar alle Spiele gewinnen. An diesem Tag stand aber der Spaß im Vordergrund, sodass es am Ende nur Gewinner gab und jedes Kind eine Urkunde mit nach Hause nehmen durfte. Alles in allem eine großartige Veranstaltung bei der am Ende der Saison nochmal unsere allerjüngsten zum Zug kamen.

Nach der Saison erhielten wir noch eine spontane Einladung das Eröffnungsspiel der sogenannten Mini-WM beim TuS Ferndorf zu bestreiten. Im Rahmen der U21-Weltmeisterschaft, die Deutschland dieses Jahr zusammen mit Griechenland ausrichtet, veranstaltet der DHB bundesweit diese Mini-WM. Dabei repräsentieren E-Jugendmannschaften aus verschiedenen Vereinen die teilnehmenden Nationen.

Alles in allem blicken wir auf eine

tolle und auch erfolgreiche Saison zurück und freuen uns auf eine spannende Saison 2023/24.

An dieser Stelle geht noch ein besonderer Dank an Luca Römer, der die Mannschaft bis zur Mitte der Saison betreut hat, dann aber aufgrund seiner Schichtarbeit das Training nicht mehr regelmäßig leiten konnte. Seinen Posten hat nun Florian Siebel übernommen.

Auch wenn schon in diesem Jahr viele neue Jungs und Mädels den Weg zu uns gefunden haben, freuen wir uns natürlich auch weiterhin über jede Verstärkung. Wer also mal reinschnuppern möchte ist herzlich eingeladen uns in einem unsere Trainings (donnerstags und freitags 16-17:30 Uhr) zu besuchen.

Florian Siebel



# busch

# MEISTER DER ELEMENTE

## **Extrazeit! Fußball-Aktivtag für Mitglieder und neue Kinder zum Schnuppern**

Liebe Fussballfreunde, am 17.06.2023 war es so weit und der Fussball-Aktionstag des TV Hoffnung Littfeld war ein voller Erfolg.

Ein ganzer Tag im Zeichen des Sports ist bei den teilnehmenden Kindern und den Eltern gut angekommen. Vor dem Jugend Mix Turnier [Bambinis - B-Jugend] konnten die kleinen und großen Kicker, Tribbeln, Elfmeter schießen und gemeinsam Spaß haben.

Über den ganzen Tag wurden leckere Waffel gebacken und am Nachmittag gemeinsam gegrillt.

Zum Abschluss fand das mittlerweile legendäre Abschlusspiel

zwischen Jung und Alt über das gesamte Spielfeld und über drei Halbzeiten statt. Das hart umkämpfte Spiel konnten die jungen Kicker, wenn auch knapp mit 29 zu 28 für sich Entscheiden.

Herzlichen Dank an alle, die dabei geholfen haben den Tag so großartig für groß und klein werden zu lassen!! Ohne die Unterstützung der Eltern wäre so etwas nicht möglich.

### **B-Jugend**

Die heutige B-Jugend startete bereits vor 10 Jahren als Bambinis. Inzwischen kam es zu einer großen Fluktuation. Jungs hörten auf oder wechselten den Verein, Seiteneinsteiger kamen hinzu, andere zurück. Schon in der D-Jugend sorgte diese Truppe für Aufsehen.



# Fußball



Bei der Hallenkreismeisterschaft zog man in die Endrunde ein und begeisterte die Zuschauer mit erfrischendem Kombinationsfußball und sauberen Dribblings. Auf dem Feld errang man Erfolge, im Pokal schaltete man Setzen aus, und in der Qualifikationsrunde zur A-Kreisliga wurde man Erster, durfte jedoch aus unerfindlichen Gründen nicht in dieser Liga antreten.

In die aktuellen Saison jagten unter der Leitung der Trainer Thomas Kroes und Nico Annunziata über 20 Jungs dem runden Leder hinterher, darunter drei C-Jugendliche, und erstmals wurde sogar nach einer Meisterschale gegriffen. Am letzten Spieltag ging es zum punktgleichen Tabellenführer nach Berleburg.

Gut, es wurde nichts aus der Meisterschaft, aber was sich drumherum in Berleburg abgespielt hat an

diesem Tag ist ein ganz spezieller Erfolg für den Verein: Mit Zug und Autos wurden unsere jungen Männer von Alt und Jung, Frau und Mann, begleitet und auf dem Platz angefeuert. Bis zu 25 Menschen hatten sich dort eingefunden u. a. aus unserer E-Jugend.

Hut ab, Hoffnung Littfeld. UND – bis auf den Torwart und den Kapitän bleiben alle noch ein Jahr in der B-Jugend... eben HOFFNUNG Littfeld.



## Mit Herz und Leidenschaft zum Vizemeister

Die Saison unserer E1-Jugend war überaus erfolgreich. Unsere Mannschaft erkämpfte sich im letzten Meisterschaftsspiel gegen den Tabellenzweiten einen weiteren Auswärtssieg. Nach einem klaren 2:9 Sieg beim FC Hilchenbach kletterte unsere Mannschaft auf den zweiten Tabellenplatz.

Die Vizemeisterschaft war uns nach dem deutlichen Sieg nicht mehr zu nehmen.

Mit fünf Siegen in Folge und dem Titel des „Auswärtsmeister“ (alle Auswärtsspiele der Saison wurden gewonnen) können unsere jungen Fußballer zurecht stolz sein. Nun geht es für unsere Jungs in die wohl verdiente Sommerpause.

Ein großes Dankeschön gilt den beiden hochmotivierten Trainern Oleg Funkner und Thomas Lorsbach, die mit ganz viel Herz-

blut und Leidenschaft unsere Jungs bis fast an die Spitze der Tabelle geführt haben.

Im nächsten Jahr greifen wir als D-Jugend erneut voller Euphorie an.

Wer sich uns anschließen möchte, der kommt bitte zu unseren Trainingszeiten mittwochs und freitags auf den Sportplatz nach Eichen. Wir freuen uns auf eine große Gemeinschaft, lasst uns gemeinsam Spaß beim Fußball haben.

Autorin: Nadja Köck-Mattern

**RINK** Maschinen für die Getränkeindustrie



ENTKORKEN



ABSCHRAUBEN



VERSCHLIEßEN



SPECIAL



Seit 50 Jahren sind wir ein erfolgreiches, stetig wachsendes Unternehmen und daher immer auf der Suche nach neuen Fachkräften! Besuchen Sie uns unter [www.rink.de/karriere](http://www.rink.de/karriere)

**RINK** GmbH & Co. KG  
Hagener Straße 450  
D-57223 Kreuztal

T +49 (0)2732 - 89 46-0  
F +49 (0)2732 - 81 79 9  
E [team@rink.de](mailto:team@rink.de)

# Fußball

## Jugend E2

Nach einer spannenden und ereignisreichen Saison ziehen wir ein kurzes Resümee: Die 10 Jungs unserer E2 haben in dieser Saison gezeigt, dass sie ein starkes Team geworden sind und dadurch eine stetige Leistungssteigerung erzielen konnten. Sie erreichten in der Tabelle den 7. Platz, was in der Leistungsstärksten Gruppe schon eine Ansage ist.

Die Jungs zeigten auch im



Training, dass sie mit Spaß und Feuereifer mit und für ihre Mannschaft stehen und kämpfen. Ein großer Dank geht nicht nur an unseren Trainer (The Man), sondern auch an all die Eltern die bei Wind und Wetter

## Nutzen Sie unsere Erfahrung.

Versichern, vorsorgen, Vermögen bilden. Dafür sind wir als Ihre Allianz Fachleute die richtigen Partner. Wir beraten Sie umfassend und ausführlich. Überzeugen Sie sich selbst.



### Dreute und Katz OHG

Allianz Generalvertretung  
Hagener Straße 27  
57223 Kreuztal

[dreute.katz@allianz.de](mailto:dreute.katz@allianz.de)  
[www.allianz-dreute-katz.de](http://www.allianz-dreute-katz.de)

Tel. 0 27 32.30 77  
Fax 0 27 32.2 56 16



Besuchen Sie  
unsere Homepage!

mit den Jungs auf dem Platz stehen und zu den Auswärtsspielen jeden Weg auf sich nehmen um die Jungs anzufeuern – ihr seid die Besten. DANKE!

Wir freuen uns sehr auf den geplanten Saisonabschluss mit euch und natürlich auch auf die kommende Saison – hier schon mal allen schönen Sommerferien.



## **Kooperationen mit dem Young Talents Football Camp**

Auch 2023 haben wir es geschafft zwei Fußballcamps in unseren Verein zu holen. Das erste hat in den Osterferien mit sensationellen 21 Jungs stattgefunden. Das Wetter war auf der Fußballseite und hat uns somit sonnige Trainingseinheiten beschert. Die

Jungs konnten mit Gruppen- und Einzelübungen ihr Können testen und verbessern. In der Mittagspause verpflegten uns Rönnecke, wodurch es dann mit frischem Elan weitergehen konnte.

Natürlich durften der Leistungstest und die dazugehörige Urkunde nicht fehlen.

Vielen Dank an die Top Trainer (die uns nun schon im zweiten Jahr mega Betreuen), des Young Football Tales Camps!

Wir freuen uns schon sehr auf euch und das zweite Camp im Sommer (vom 17. – 21.07. anmelden nicht vergessen)!

Autorin:  
Svenja Hermann-Isakow

# Fußball

## Deutscher Meister Ü65

Uwe Steinhof vom TV Littfeld wurde mit seinen Kameraden der Kreisauswahl SiWi mit der Ü65 Deutscher Meister:

Die Endrunde bestand aus den letzten qualifizierten Kreisauswahl-Mannschaften aus Deutschland. Uwe ist seit 2 Jahren in der Kreisauswahl Ü60 und darf jetzt auch in der Ü 65 spielen. Die Kreisauswahl besteht aus ausgewählten Spieler aus dem Kreis SiWi. Nachdem Uwe bereits in der Jugend zu diesem Kreis gehörte und sogar noch ein paar Spieler von damals kennt, ist er nun sehr froh, im Alter auch wieder zu diesem Kreis zu gehören.



Wir gratulieren zu diesem Meistertitel.



*aus dem  
Siegerland*

Unsere Spezialitäten:

Knochenschinken  
natur gesalzen  
aus dem Buchenrauch

Hausmacher Wurst

kalte und warme Buffets  
für alle Feiern

Eichener Straße 76 • 57232 Kreuztal-Eichen  
Telefon 02732/8751 • Telefax 02732/82350

## Saison-Rückblick Verbandsliga 2022/2023: Zuhause ist es doch am schönsten

Ende März absolvierte die 1. Mannschaft des TV Hoffnung Littfeld ihr finales Spiel in der Verbandsliga Süd 2. Das eingespielte Team um Catharina Steger, Jule Marie Giebeler sowie Tim Steger, Ben Stähler, Jens Haß, Patrick Steger und Eugen Wiesner absolvierte im Kern bereits seine sechste gemeinsame Saison.

Seitdem man den Verein aus der Bezirksliga über die Landesliga zurück in die Verbandsliga führte hat sich der TVL dort im dritten Jahr in Folge etabliert und kontinuierlich gesteigert. Strebte man in der ersten Saison den Klassenerhalt an, hat man diese und vergangene Saison den Anschluss an das Mittelfeld, bzw. die obere Tabellenregion gefunden und schloss die Saison 22/23 auf einem starken dritten Platz ab.

Grundlage dieser kontinuierlichen Steigerung ist ein im Kern eingespieltes Team, das in Catharina und Tim Steger sowie Jule Marie Giebeler drei der stärksten Spieler/innen der Liga hat. Die drei Akteure/innen des TVL bilden in ihren Disziplinen einen sicheren

Rückhalt für das Team und verschafften der Mannschaft regelmäßig eine sehr gute Ausgangslage. Besonders Catharina und Tim Steger wiesen im Mixed eine makellose Bilanz von 11:0 Siegen auf und blieben darüber hinaus ohne Satzverlust über die gesamte Saison.

In einer ausgeglichenen Liga hielt das Team um Kapitän Patrick Steger nach einem sehr guten Saisonstart lange den Anschluss an die Tabellenspitze und den späteren Aufsteiger SV Bergfried Leverkusen. Die Leverkusener konnten im Schlüsselspiel auswärts vor Weihnachten allerdings nicht gefährdet werden und man musste sich mit 1:7 deutlich geschlagen geben. In der Rückrunde vor eigenem Publikum konnte man ihnen aber ein verdientes 4:4 abringen.

Dieses Unentschieden bildete einen weiteren Glanzpunkt in einer bemerkenswerten Bilanz: Seit zwei Jahren ist Team 1 des TVL in eigener Halle ungeschlagen. Zu erklären ist dieses Phänomen durch den tollen Teamgeist und eine etablierte Aufstellung, zeigt aber

# Badminton



auch, dass in einer engen Liga jeder Gegner bezwungen werden kann. In der kommenden Saison möchte man auf dieser Leistung weiter aufbauen und auch die Auswärtsbilanz verbessern.

Mit dem dritten Platz hinter dem SV Bergfried Leverkusen und dem Kölner FC BG 2 zeigt man sich sehr zufrieden. Nach einer Saison vieler Highlights, mit z.B. dem Doppelspieltag an einem Tag (14 Uhr auswärts in Köln, 20 Uhr zuhause gegen den TV Witzhelden 2) oder den intensiven und atmosphärischen Heimspielen gegen den TV Refrath 6 sowie den Kölner FC BG 1, freut sich das Team bereits auf die neue Saison.

Ein echtes Highlight für Verein und Spieler ist der dieses Jahr eingeführte und schnell etablierte

Livestream über sportdeutschland.tv, der großartig angenommen wurde und Freunden, Familie (auch denen der Gästeteams) die Möglichkeit bietet, alle Spiele live zu verfolgen.

Kontinuität ist auch für die kommende Saison das Stichwort für die 1. Mannschaft. Diese Kontinuität soll auch wieder in die Abteilung getragen werden, wo man sich entschloss zum Beginn dieses Jahres einen Neuanfang beim Kinder- und Jugendtraining zu starten. Die Spieler Tim Steger, Ben Stähler und Patrick Steger freuen sich nun die nächste Generation für den Spaß am Badminton zu begeistern und ihre Erfahrungen und Fähigkeiten weiterzugeben. Das Training findet dienstags von 17:00 bis 18:30 Uhr statt.

## Zweite Mannschaft

Das Saisonziel war klar: Der Aufstieg sollte her. Das gesamte Team war mit viel Spaß bei der Sache.



Ricardo Koch, Eugen Wiesner, Kristina Koch, Lena Schornstein, Christian Krafft, Robin Theis

Leider zog sich Christian Krafft kurz vor Weihnachten eine Verletzung zu, durch die er länger ausfiel. Zum Glück konnten wir uns auf unsere Dritte verlassen. Till Gibeler, Kim Nhung Duong, Silvia Schulz und Verena Koch halfen uns aus.

Ebenfalls verzichten mussten wir auf Eugen Wiesner, der den Sprung in unsere erste Mannschaft schaffte. Da kam es gerade recht, dass sich Christian von seiner Verletzung erholte und in den letzten Spielen wieder den Schläger schwingen konnte.

Dass es angesichts der widrigen Umstände nicht zum Aufstieg gereicht hat, ist nur zu verständlich. Am Saisonende der Bezirksliga Süd 2 stand dennoch ein guter zweiter Platz hinter dem ungeschlagenen Team Refrath 6 zu Buche.

## Dritte Mannschaft

Nachdem die dritte Mannschaft bereits zweimal auf den Aufstieg verzichtet hatte, wurde in der vergangenen Saison der Aufstieg in die Bezirksliga vollzogen. Die Zielsetzung lautete klar den Klassenerhalt zu sichern und darüber hinaus junge Spieler/innen in einer höheren Liga zu fordern, damit diese in Zukunft einmal den Sprung in höhere Mannschaften schaffen.

Das die Dritte in der Bezirksliga wohl gegen den Abstieg spielt, war von Anfang an klar. So musste sich die Mannschaft, am Ende der Saison mit dem Siebten Platz und



# Badminton

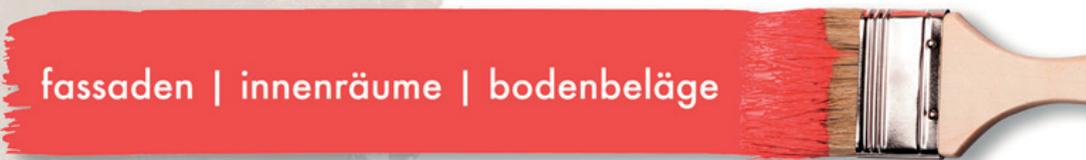
somit dem Abstieg begnügen. Somit wird in der kommenden Saison wieder in der Bezirksklasse aufgeschlagen. Hier warten die Mannschaften aus dem Sieger- und Sauerland und es geht unter anderem gegen die „Nachbarn“ aus Siegen, Kreuztal, Lennestadt, Attendorn und Hünsborn.

Nicht wundern: aus der dritten Mannschaft, wird in der kommenden Saison die Vierte, da sich eine neu formierte Spielgemeinschaft mit der TSG Siegen dazwischen schiebt und somit das neue Littfeld-

der Badminton Team drei wird.

## **Littfeld zur DM O35-75 in Herrenberg bei Stuttgart**

Nach einem erfolgreichen Wochenende bei den Westdeutschen Meisterschaften im Badminton, in Duisburg-Rheinhausen, konnten sich die Spieler des TV Hoffnung Littfeld jeweils in allen drei Disziplinen qualifizieren. Somit ging es am 18.05 bis zum 21.05. zu den Deutschen Meisterschaften nach Herrenberg bei Stuttgart, wo jeweils die ersten vier aus den anderen Landesverbänden aufschlagen,



fassaden | innenräume | bodenbeläge

**Malermeister  
Magnus Berg**  
Hagener Straße 198  
57223 Kreuztal

Telefon  
02732 80240



um den Deutschen Meister in den jeweiligen Disziplinen zu ermitteln.

Im Einzelnen:

## **MD O60**

### **Annette und Dieter Steger**

Die ersten Spiele wurden klar in zwei Sätzen gewonnen. Nur beim Endspiel gegen S. Oberem und I. Grube, ließ die Konzentration im dritten Satz ein wenig nach und so musste man sich mit 21:13, 13:21 u. 12:21 geschlagen geben. Platz 2 war somit erreicht.

## **MD O55 Kristina Koch und Ulrich Gußmann (TUS Oberpleis)**

Hier konnte das erste Spiel noch klar gewonnen werden, nur beim zweiten gegen die haushohen Favoriten hatte man recht wenig entgegen zu setzen. Das Spiel wurde 10:21 u. 13:21 verloren.

Im Dritten und letzten Spiel ging der Sieg gegen die Paarung aus Mühlheim mit 21:18, 22:24 und 21:13 wieder an die Nordsiegerländer. Am Ende stand ein sicherer 3. Platz zu Buche.

## **DD O55 Kristina Koch und Annette Steger**

Hier gab es nur eine Paarung, gegen die Kristina und Annette

nicht bestehen konnten. Nach dem Endspiel, das 15:21 und 10:21 verloren ging, stand am Ende ein zweiter Platz.

## **HD O55 Dieter Steger und Frank Naumann (TUS Dornberg)**

Da das Feld sehr stark besetzt war konnte das Halbfinale nicht erreicht werden und so war im Viertelfinale Schluß.

Weil aber die Paarungen aus dem Finaldoppel schon qualifiziert waren, rückten Dieter und Frank zur Deutschen nach.

## **DE O55 Kristina Koch**

Da das Teilnehmerfeld, sehr stark durch Verletzungen und Abmeldungen geschrumpft war, blieben nur noch wenige Spiele übrig. Kristina belegte den 3. Platz.

## **DE O60 Annette Steger**

Hier zeigte Annette große Motivation und kämpfte sich bis ins Endspiel vor. Leider unterlag sie im Endspiel der Spielerin Maria Sudhölter 19:21 und 11:21 und belegte einen guten zweiten Platz.

## **HE O60 Dieter Steger**

Hier gab es eine riesige Überraschung! Aber der Reihe nach. Die ersten Spiele verliefen recht sou-

# Badminton

verän und so ging es ins Endspiel. Dort wartet der Einzelspieler Hans Jürgen Herbst. Dieser hatte sich nur für's Einzel gemeldet und war somit noch ausgeruht. Desweiteren konnte Dieter in vergangenen Jahren noch nie gegen seinen Gegner bestehen. So aber nicht diesmal!

Nach der ersten Hälfte des ersten Satzes lag Dieter zwar noch mit 7:11 zurück, aber es gab eine Schwachstelle bei H. J. Herbst, diese konnte Dieter dann bis zum Ende des ersten Satzes nutzen

und so ging der Erste dann, zwar knapp, aber mit 21:19 an Dieter. Im Zweiten Satz ging es dann sehr spannend weiter. Die Pausenführung lag bei 11:10 denkbar knapp bei Dieter. So knapp ging es in der zweiten Hälfte des Satzes auch weiter.

Zum Satzende stand es dann 21:19 für Dieter und somit Westdeutscher Meister im Einzel.



Eichener Straße 115 • 57223 Kreuztal

Tel. 02732 / 891 043

TEIL ETWAS GROSSEM.  
TEIL UNSERER CREW.



~~KÖNNTE~~  
~~HÄTTE~~  
~~SOLLTE~~

**MACHEN!**



**DORNSEIFER**  
PERSONALMANAGEMENT

[www.dornseifer-crew.de](http://www.dornseifer-crew.de)

Telefon 0271 7734552-0  
[siegen@dornseifer-personal.de](mailto:siegen@dornseifer-personal.de)

Telefon 02722 635969-0  
[attendorn@dornseifer-personal.de](mailto:attendorn@dornseifer-personal.de)

TV „Hoffnung“ Littfeld e.V. von 1894



# VOLLEYBALL

## WIR SUCHEN DICH

Egal ob **Anfänger**, **Wiedereinsteiger** oder **Allrounder**

Wir suchen motivierte Spieler/innen auf allen Positionen. Melde dich bei uns für ein unverbindliches Probetraining.  
Wir freuen uns auf dich!

 Vereinsturnhalle  
Adolf- Wurbachstraße 56  
57223 Kreuztal

 Mixed Mannschaft:      Dienstags, 20:30 - 22:00 Uhr  
Damen Mannschaft:      Donnerstags, 19:00 - 20:30 Uhr

 Teilnahme ab 16 Jahren



## Damenmannschaft

Nachdem die Volleyball-Damenmannschaft bereits Mitte März ihre spannende Spielsaison erfolgreich auf dem dritten Tabellenplatz beendete und derweil noch enger als funktionierendes Team zusammenwachsen konnte, fand neben den wöchentlichen Trainings an den Donnerstag Abenden, auch die Vorbereitung für den jährlichen „Cup der Hoffnung“ (Beachturnier) statt.

Bei schönstem Sonnenschein konnten die Spielerinnen & Spieler an den beiden Turniertagen ihr Können im Sand zeigen, wobei Ehrgeiz mit Freude kombiniert wurde und alle am Ende des Tages zwar müde, aber mit einem Lächeln im Gesicht – der ein oder andere auch mit einem Sonnenbrand – nachhause gingen. Rund um war das von der Mixed- und Damenmannschaft ausgerichtete Volleyball Turnier im Sand ein voller Erfolg.

Zusätzlich zum regulären Training treffen wir uns an Trainingstagen am Wochenende. Dabei wird an den Techniken gefeilt und neue Spielabläufe eingeführt, die das Spiel abwechslungsreicher gestalten. Und ob nun das gemeinsame



Abschließen der Saison in einem Lokal oder Klettern in der Boulderhalle – auch die Mannschaftsaktionen abseits des Feldes finden in ihren Platz im Mannschaftsdasein.

Derzeit bereiten wir uns im Training auf die anstehende Saison vor und heißen jede Volleyball-Interessierte, die noch auf der Suche nach einem Team ist oder wieder einsteigen möchte, herzlich bei uns willkommen. Für den weiteren Verlauf des Jahres 2023 sowie den Saisonstart im September wünschen wir uns viel Zuversicht und Freude am gemeinsamen Spiel.

# Volleyball

## Mixed-Mannschaft

Was treibt uns jeden Dienstag zur Abendzeit in die Halle? Warum macht man das und warum bedeutet es manchen so viel? Was ist das für ein Sport? 12 Leute, 6 auf jeder Seite des Netzes, die versuchen mit drei Berührungen einen Ball über das Netz zu bringen, dass zumeist höher ist, als sie selbst springen können.



Eigentlich ist die Antwort darauf einfach. Das Spiel heißt Volleyball. Es geht darum den Ball beim dritten Kontakt mit einer einzigen sauberen Berührung auf die andere Feldhälfte zu befördern, so, dass die andere Mannschaft den Ball nicht bekommt, ehe er auf dem Boden aufprallt.

Bei dem Spiel geht es um Wettbewerb, Leistung, die eigenen Ansprüche. Aber auch um Spaß,

Bewegung, Begegnung. Manchmal auch Ablenkung, Ausgleich, mal raus aus dem, was uns täglich umhertreibt.

Hier beim TV Littfeld trainiert und spielt eine Mannschaft, ein Team, ein bunter Haufen von verschiedenen Charakteren, die alle diese Gemeinsamkeit haben. Sie möchten Volleyball zelebrieren.

Das ist den Mädels und Jungs bis hierher verdammt gut gelungen. Wir haben in der Saison fünf Heimspiele in der Liga absolviert und dabei alle fünf gewonnen. Und noch mehr sogar, das Team hat es geschafft, ohne dabei auch nur einen einzigen Satz abgeben zu müssen. Die Mannschaft liegt in der KSW Liga 3 auf einem guten Kurs den zweiten Tabellenplatz zum Saisonende zu halten.

Das Wetter wieder freundlich zu



# Volleyball

werden und nach einem erfolgreich ausgerichteten Beachvolleyballturnier geht es dienstags abends zu etwas früherer Uhrzeit raus in den Sand, um dort die Bälle zu baggern, zu pritschen und zu schmettern.

Ende August steht dann der Beginn einer neuen Hallensaison bevor, in der es wieder heißt alles

zu geben, miteinander gegen den Gegner. Zudem freuen wir uns auf die anstehenden Turniere und die Möglichkeiten, die sich daraus fürs Team ergeben.

Wir halten euch auf dem Laufenden.

Eure Mädels und Jungs des Mixed Volleyball beim TV Littfeld



Natürlich das Beste

**Metzgerei • Feinkost • Partyservice**

Grubenstraße 2 • 57223 Kreuztal • Tel. 0 27 32-8 02 29

*Gutes von heimischen Höfen...*



*Wir bieten Ihnen  
Bio-Rindfleisch vom  
Züchter Matthias Beerwerth  
aus Krombach  
sowie Schweinefleisch von  
Bauer Korte aus Menden!*



# Volleyball

## **Unverschämtes Glück und glückliche Sportler** **5. Cup der Hoffnung**

Schon seit Anfang Mai achteten acht Volleyballer unseres Turnvereins penibel darauf, dass auf keinem heimischen Teller mehr Reste zu sehen waren. „Satt? Egal, aufessen!“ Doch die Hoffnung, dass die unternommenen kulinarischen Anstrengungen sich auszahlen, schwand mit jeder dunklen Regenwolke. So setzte kurz vor dem 5. Cup der Hoffnung (13. und 14. Mai) ein gewisser Fatalismus ein, denn Wetter hat man auf jeden Fall immer. Alle waren sich einig, den Rest bekomme man zur Not auch bei Regen gewuppt.

Pünktlich zur Begrüßung zogen dunkle Gewitterwolken auf. Doch nach zwei Donnerschlägen schien sich die Lage zu beruhigen und die angereisten 12 Quattro-Mixed-Mannschaften konnten in einen – man konnte es kaum glauben – sonnigen Turniertag starten. Fortan zogen alle dunklen Wolken brav

links und rechts am Littfelder Sportplatz vorbei. Da das Littfelder Turnier die Siegerlänger Beachvolleyballsaison traditionellerweise eröffnet, mussten sich einige erst wieder an den Sand gewöhnen. Doch Beachen ist wie Fahrradfahren, das verlernt man nicht. Daher konnten Mitspieler und Zuschauer meist ausgeglichene, spannende Spiele beklatschen, die zum Teil spektakulär kämpferische Ballwechsel boten.

In den Halbfinalpaarungen duellierten sich schließlich die Muschelmixer mit den Muppets und Hands4Hope mit den Pfützenhüpfer, wobei letztere Paarung sich schon im vergangenen Jahr im Finale gegenübergestellt hatte. Gerade die Pfützenhüpfer waren daher hoch motiviert, ohne die Vorjahressieger ins Finale einzuziehen und konnten das Spiel für sich entscheiden.

Im Finale trafen sie auf die Muppets, die ein starkes Turnier spielten und schon zuvor um jeden Ball gekämpft hatten.

# Volleyball

Nachdem die Muppets den ersten Finalsatz recht deutlich gewinnen konnten, wurde es im zweiten und schließlich dritten Satz wieder eng. Im Verlauf des Finalspiels zündete auch der Turbo der Pfützenhüpfer wieder und sie konnten den Turniersieg schließlich doch noch gegen furios aufspielende Muppets erringen. Bei der anschließenden Siegerehrung konnten sich dann alle über ihre Platzierungen freuen und es wurden bei den Gästen sogar Rufe nach einem zweiten

Littfelder Beachvolleyballfeld laut.

Wer noch nicht genug hatte, musste nur einmal schlafen, um am Sonntag direkt im Duo-Mixed anzutreten, bei dem sich früh um 10 Uhr sechs Duos zusammenfanden, um bei ebenso gutem Wetter durch den Sand zu pflügen. Manche mussten feststellen: zu zweit ist das Feld doch groß, man selbst erstaunlich langsam und zweimal vier Minuten unendlich lang. Bis zum Mittag wurden im Modus

## WEINE UND MEDITERANE DELIKATESSEN

*La Bota*

EVENTS ..... WEINPROBEN .... SEMINARE ... PRÄSENTE



La Bota GbR  
Carmen Cotrina Lopez  
Feldhof 1  
57223 Kreuztal

Tel. 02732/204741  
eMail: [info@la-bota.de](mailto:info@la-bota.de)

# Volleyball

„jeder gegen jeden“ 15 Spiele bestritten.

Die Tabelle führte schließlich das Duo „Ich kann das nicht lesen“ aus Grund an. Auf dem Treppchen folgten die Sandmännchen und das Team Enton. Da alle viel Spaß hatten und es nicht so viele Gelegenheiten für das Duo-Beachen im Umkreis gibt, wurde für das nächste Jahr der Wunsch nach mehr Mannschaften und Spielen geäußert.

Das Beachvolleyball-Wochenende rundete am Nachmittag das vereinsinterne Turnier ab. Neben einigen Mannschaften aus dem Umkreis der Volleyballabteilung komplettierten vor allem zwei Mannschaften der Ü29-Männer das 6er-Feld. Nach einigen gemeinsamen Trainingseinheiten und -spielen sind Andis Männer und Marlas Frauen zu einer unterhaltsamen Sportgemeinschaft zusammengewachsen. Das zeigte sich auch im Sand und sorgte



für gute Stimmung bei allen – auf und neben dem Feld. So konnte das Wochenende im TVL-Kreis auf perfekte Weise ausklingen. Die Plätze auf dem Treppchen erspielten sich: 1. Team Vollgas, 2. Beach or die 271, 3. Ü29 I. Nachdem alles abgebaut und auch die Letzten geduscht waren, öffnete der Himmel seine Schleusen und die Organisatorinnen durften glücklich, sauber und überdacht bei einem Abschlussgetränk einen ersten Frühlingsregen bestaunen. Keine Verletzungen, viel Spaß und Lob von den Gästen, perfektes Wetter: was will das Baggertreff-Orga-Herz mehr. Bis zum nächsten Mai darf man jetzt allerorten auch wieder mit dem Essen aufhören, wenn man satt ist. Ein Glück – auch für die Figur!

## **Platzierungen Quattro-Mixed** (Samstag)

1. Pfützenhüpfer
2. Muppets
3. Hands4Hope
4. Muschelmixer

5. Sandmännchen
6. Just4Fun
7. Team Luckshot
8. Grund 3
9. Sandkörner
10. We will block you!
11. Heggen Amateure
12. De A(r)schmearschbierschdcher

## **Platzierungen Duo-Mixed** (Sonntag)

1. Ich kann das nicht lesen
2. Sandmännchen
3. Enton
4. Lugipuya
5. Die Muppets
6. Weißt Du doch nicht

## **Platzierungen vereinsinternes Turnier** (Sonntag)

1. Team Vollgas
2. Beach or die 271
3. Ü29 I
4. Die Hühner
5. We will block you!
6. Ü29 II

# Ju-Jutsu



Nachdem in den letzten Jahren wegen der Corona-Pandemie leider einige Lehrgänge ausfallen mussten, hat die Ju-Jutsu-Abteilung im ersten Halbjahr 2023 wieder Vollgas gegeben.

Los ging es mit der Kinderprüfung am 17.02.2023. Unter den prüfenden Blicken von Sascha Wege (3. Dan) mussten die kleinen Prüflinge ihre Können unter Beweis stellen. Und auch, wenn der ein oder andere Prüfling sicher leicht ner-



vös in die lang ersehnte Prüfung ging, zeigte sich Prüfer Sascha von den Leistungen seiner Schützlinge sehr beeindruckt. Besonders Lena Fick und Tom Dreisbach stachen hierbei als Prüfungsbeste hervor.

Am 25.02. waren dann auch die großen Ju-Jutsuka an der Reihe. Auf dem Programm stand ein Techniklehrgang mit dem Thema "Kombinationen Vielfältigkeit/ Vielseitigkeit". Als Referent war Bernd Bals (2. Dan, TV Eichen) am Start. Im Vordergrund standen hier vor allem die Grundlagen sowie die Eigensicherung. Die 32 Teilnehmer konnte hier einiges Lernen und auch neue Techniken in ihre Repertoire aufnehmen.

Schon am 11.03. ging es mit dem nächsten Lehrgang weiter. Referent Sven Loevenich (5. Dan) brachte den Teilnehmern im Littfelder Dojo das Thema "festlegen, rumdrehen und aufheben" näher. Mit einem guten Auge fürs Detail leitete der Referent die Teilnehmer sowohl im Stand als auch im Bodenkampf an. So gelang es ihm, den wissbegierigen Ju-Jutsukas auch die Feinheiten der neuen Techniken beizubringen.

Als nächstes Stand dann wieder

# Ju-Jutsu



niken. Dabei gab es nicht nur für die Kinder einiges zu lernen. Auch die anwesenden Vereinstrainer konnten hier einige Anregungen mit nach Hause nehmen.

Für Sascha und Marcel Wege stand nun ein Auswärtsspiel auf dem Programm. Stellvertretend

ein Jugendlehrgang an. Und das auch noch am Muttertag. 52 Kinder fanden sich im Littfelder Dojo ein um unter der Anleitung von Sascha Wege und Bernd Bals ihren Horizont zu erweitern. Das Lehrgangsthema waren die Atemitech-



## Reinigungs-Heizertechnik

Hochdruckreiniger  
Bodenreiniger  
Kehrmaschinen

**Stefan  
Merte**  
Meister und Service-Techniker

**DiBO**  
CLEANING SYSTEMS

**KÄRCHER**

## Service und Verkauf

Hochdruckreiniger  
Mobil und Stationär

Bodenreiniger  
Kehrmaschinen

Saugertechnik

Dampfreiniger

Bauheizertechnik

UVV Prüfung

Mietgeräte

Grubenstraße 32  
Tel.: 0 27 32/ 7 68 83 22  
stefan-merte@web.de

57223 Kreuztal-Littfeld  
Mobil 01 62 - 93 82 86 0  
www.reinigungstechnik-merte.de

# Ju-Jutsu



für den TV Littfeld nahmen die beiden am Landes-Dan-Tag teil. Hier wurde das Prüfungspro-

ogramm für das Jahr 2023 vorgestellt. Auch im Ju-Jutsu gibt es immer wieder Änderungen. Es ist wichtig, immer auf dem aktuellen Stand zu sein, sodass dieser 2-tägige Lehrgang besonders wichtig war.

Am 03.06. war denn ein ganz besonderer Moment gekommen. So wurden Sonja und Sascha Wege in den nächst höheren Rang ge-



## Leber·Witschel

Steuerberatungsgesellschaft

Auf dem Stück 36  
57223 Kreuztal

Tel. 02732 89914-0  
Fax 02732 89914-9

## Aval·Data

Unternehmensberatung

info@leber-witschel.de  
www.leber-witschel.de

*Mit uns gehen Sie den richtigen Weg...*



fördert. Sonja erhielt den 2. Dan, Sascha den 4. Dan. Besonders bemerkenswert war, dass zu diesem feierlichen Anlass mit Dieter Call, Wolfgang Kroel und Robert Prümm gleich drei Träger des 9. Dan anwesend waren.

Sascha und Sonja bewegen sich seit vielen Jahren auf der Ju-Jutsu-Matte und sind die tragenden Säulen des Ju-Jutsu-Sports im TV "Hoffnung" Littfeld. Auch darüber hinaus vertreten sie den TVL. So ist Sonja Bezirksvertreterin Jugend im Bezirk Siegen, während Sascha nach zwei Amtszeiten als Jugendreferent im NWJJV nun als Bezirksvertreter Siegen aktiv ist.

Neben der Ehrung fand natürlich auch noch ein Lehrgang statt. Thema war "Ju-Jutsu im Wandel

der Zeit. Unter Anleitung der bereits erwähnten Dieter Call und Robert Prümm standen neben den Grundtechniken auch eine Vielzahl moderner Techniken auf dem Programm. Hier gab es auch für ehrfahrene Ju-Jutsuka noch einiges zu lernen.

Ein Lehrgang der etwas anderen Art fand in der AWO-Kita Littfeld statt. Sonja und Sascha brachten hier den Kindern im Rahmen eines Selbstverteidigungskurses das NIMIMI-System des Deutschen Ju-Jutsu Verbandes näher. NIMIMI steht dabei für "Nicht mit mir!". Die Kinder lernen hier spielerisch gefährliche Situationen zu erkennen und sich im Notfall zur Wehr zu setzen.

# Kinderturnen



Bei uns ist immer was los! Die Halle ist stets gut gefüllt und Dank der vielen Helfer, die uns tatkräftig unterstützen, können wir den Kindern viel Abwechslung bieten.

Wir haben zwischen unseren Ritualen "Theo, Theo" und „Alle Leut" jede Menge Möglichkeiten, um Neues zu probieren, mutig zu sein, Kräfte zu zeigen und die Balance und Koordination zu verbessern.

Wir verpacken viele Aufgaben in schöne Geschichten (Zoo, Bauernhof, Feuerwehr) und machen auch mal eine Ballstunde oder Gerätturnen.

Schaut gerne mal mit euren Kindern vorbei!

Immer dienstags:

14:45-15:45 Uhr, 1. Klasse (inkl. OGS)

15:45-16:45 Uhr, 3-5 Jahre

16:45-17:45 Uhr, Vorschulkinder.

Wir freuen uns auf Euch,  
Heike, Claudia & Team



**TECHNIK  
PROFI**

**Jörn & Paul Gerhard Fick**

**TV-Elektrogeräte-Heimvernetzung**

Hagener Straße 300

57223 Kreuztal (Krombach)

[www.tp-radiofick.de](http://www.tp-radiofick.de)

Tel.: 02732 82860

## Die "MoSuS" in



Während unserer Weihnachtsfeier 2022 wurde der Standort für unsere angedachte Radtour festgelegt. Ein Planer war schnell gefunden. Keine einfache Aufgabe, denn ein Doppelzimmer und zwölf Einzelzimmer sollten es sein.

Das Holiday Inn Express hatte ausreichend Platz, so dass nun klar war, wo wir unsere müden Häupter würden betten können. Wir hatten eine entspannte Anreise nach Fulda. Auf dem Weg dorthin hat uns Walter auf dem Parkplatz Reinhardshain mit einem Geburtstagsfrühstück beglückt. Direkt nach der Ankunft im Hotel startete unsere erste Radtour nach Hünfeld. Bereits nach einem Kilometer, auf der Höhe des Domes, wechselten einige Mitfahrer auf den Rad-

fahr-Gehweg. Der Schreiber dieser Zeilen wollte folgen und übersah die höhere Bordsteinkante, kniete sich ruckartig auf den Gehweg um ein Gebet oder war es doch ein deftiger Fluch von sich zu geben?! Mit Brille wäre es nicht passiert. Im Großen und Ganzen: außer Schrammen am Knie keine weiteren Schäden.

Etwa dreieinhalb Kilometer später fehlten uns plötzlich drei Mitfahrer. Sie hatten an einem Fahrradladen angehalten, wo sich einer der drei einen neuen Helm kaufte. Am Marktplatz von Hünfeld legten wir eine Rast ein, vor der Weiterfahrt wurde noch schnell unser neues Gruppen-Mitglied im Brunnen getauft.



Auf der Rückfahrt zum Hotel gab es keine Vorkommnisse. Beim Abendessen im Restaurant „Zum

# Mosus

Ritter“ wurde dem Koch die Arbeit erleichtert, die Schnitzelfraktion hatte zugeschlagen!

Für den folgenden Tag ist die Strecke Fulda – Schlitz – Bad Salzschlirf – Großenlüder – Fulda vorgesehen. Noch im Stadtgebiet fehlten uns plötzlich drei Mitfahrer, einer, der durch Läufer irritiert wurde, war falsch abgebogen. Er fand uns aber nach kurzer Zeit. Die anderen Beiden erreichten uns, aus einer anderen Richtung kommend, eine halbe Stunde später. Eine nette Dame stellte uns auf dem Weg nach Schlitz ihren Hauseingang und sich selbst für

eine Gruppenaufnahme zur Verfügung. Die Aufnahme ist doch gut gelungen!?

Auf der Strecke legten wir kurze Pausen ein. Nach unserem "Tagessoll" ergab sich unweit unseres Hotels die Möglichkeit im Biergarten der Wiesen-Mühle Platz zu nehmen.

Zum abendlichen Essen gingen wir in die Altstadt ins Hohmanns Brauhaus, wo für uns ein Tisch reserviert war. Dort trafen wir auf zwei weitere Großgruppen, die recht lautstark miteinander kommunizierten. Leider hatten

- Gebäudeinstallationen
- Industrieinstallationen
- Nachtspeicheranlagen
- Haushaltsgeräte/Kundendienst
- Telekommunikation/Mobilfunk
- Sprechanlagen

**Klaus**

**Gjerschmann**

ELEKTROINSTALLATEURMEISTER

Bogenstraße 15

57223 Kreuztal

Telefon 0 27 32 / 2 86 53

Telefax 0 27 32 / 5 80 91 00

Mobil 01 70 / 5 87 95 25

eMail: Gjerschmann@yahoo.de



verweigerten uns eine Geldausgabe, denn "heute geschlossen", "erst ab 13h", "Landesgartenschau mit Eintritt" begleiteten uns bis Fulda. Das Brauhaus Wiesen-Mühle nahm uns mit offenen Armen in Empfang, so dass mangelnde Flüssigkeit ergänzt und auch ein Imbiss eingenommen werden konnte.

diese bereits gegessen, so dass die erhoffte Stille nicht eintrat. Auf dem Weg zum Hotel passierten wir eine Vielzahl von Lokalen mit Außengastronomie und unsere Gruppe splittete sich auf. Am Sonntagmorgen ging es ohne Verzögerung auf unsere Abschiedstour. Alle Ortschaften

Fazit: eine gelungene und gut organisierte Radtour. Fulda, ein schönes Städtchen mit einer schönen Altstadt und vielen Sehenswürdigkeiten. Für Fahrradtouren oder einen Kurzurlaub bestens geeignet!

Nodda d´r Bernd

## BAUSERVICE JUNG

Planung • Statik • Bauleitung • Ausführung

An- und Umbau • Dachgeschoßsanierung

Außenanlagen: Gestaltung und Pflege

**57223 Kreuztal-Littfeld**

Tel. 0 27 32 / 768 75 67 • [thilo.jung@t-online.de](mailto:thilo.jung@t-online.de)

# Rehasport Neurologie

## **Rehabilitationssport für Menschen mit neurologischen Erkrankungen**

Neurologische Erkrankungen nehmen immer mehr zu und fast 60 % der deutschen Bevölkerung lebt mit einer neurologischen Erkrankung!

Die Tendenz ist durch die fortschreitende Alterung der Gesellschaft sogar weiter steigend.

Laut DGN (Deutsche Gesellschaft für Neurologie) sind die 10 häufigsten neurologischen Erkrankungen:

Schlaganfälle, Hirnblutungen, Schädel-Hirn-Traumata, Parkinson, Multiple Sklerose, Hirnhautentzündungen, Epilepsie, Kopfschmerzen und Migräne, Polyneuropathie/Fibromyalgie, Gehirntumore

Hinzu kommen noch eine ganze Reihe anderer neurologischer Erkrankungen, die durch den Rehasport positiv beeinflusst werden können.

Im Rehasport mit dem Schwerpunkt Neurologie wird ohne Leistungsdruck und Überforderung spielerisch daran gearbeitet, die normale Bewegungsfunktion

wiederzuerlangen bzw. zu erhalten. Bewegung ist wichtig, um die in der Physiotherapie erlernten Bewegungsmuster zu verbessern und Bewegungsabläufe immer wieder neu zu schulen. Gleichzeitig werden Kraft und Koordination gefördert sowie die Angst vor ungewohnten Situationen abgebaut.

Bewegung mit Freude, Spiele mit Spaß und sportliche Aktivitäten sowie Hirnleistungstraining und Entspannungsübungen in der Gruppe sollen zu einer besseren Krankheitsbewältigung und zu mehr Lebensqualität führen. Im kognitiven Bereich (dies ist die Fähigkeit, Signale aus der Umwelt wahrzunehmen und diese weiterzuverarbeiten) steht neben der Schulung der Konzentrationsfähigkeit und der Aufmerksamkeit die Verbesserung der Körperwahrnehmung im Vordergrund.

Sport und Bewegung fördern die Hirndurchblutung; die Kombination von Sinneswahrnehmung und Bewegung wirkt sich positiv auf die geistige und körperliche Leistungsfähigkeit aus.

Was ist Rehasport?

Rehabilitationssport ist ein ärzt-

# Rehasport Neurologie

lich verordneter Sport, der in der Gruppe mit max. 15 Teilnehmern durchgeführt wird. Durch regelmäßiges Training unter der qualifizierten Anleitung eines Übungsleiters soll die Leistungsfähigkeit wiederhergestellt oder bestehende Fähigkeiten erhalten werden. Durch gezielte Übungen werden Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und Koordination gesteigert. Dadurch können die Belastungen des täglichen Lebens wieder besser bewältigt und der Krankheitsverlauf positiv beeinflusst werden.

Rehasport wird zudem als Hilfe zur Selbsthilfe betrachtet. Ziel ist es, die Eigenverantwortlichkeit für die Gesundheit zu stärken.

Der Rehabilitationssport ist eine ergänzende Maßnahme nach § 44 Abs. 1 Nr. 3 und 4 des neunten Buchs des Sozialgesetzbuchs (SGB IX) und wird von den Krankenkassen gezahlt. Er muss vom Hausarzt oder einem Neurologen auf dem Formular 56 verordnet werden.

Der Bewilligungszeitraum beträgt in der Regel 18 Monate für 50 Übungseinheiten – bei einigen Krankheitsbildern auch 36 Monate für 120 Einheiten.

Wichtige Informationen zum Rehasport ->Voraussetzungen und Antrag

Am Rehabilitationssport nehmen Menschen teil, die von einer Behinderung bedroht sind. Laut Gesetzestext gelten Personen als gehandicapt, die aller Voraussicht nach länger als sechs Monate aufgrund körperlicher, geistiger oder seelischer Leiden beeinträchtigt sind.

Und so kann man am Rehasport ‚Neurologie‘ teilnehmen:

- Der Hausarzt oder Neurologe stellt eine Verordnung über den Rehasport aus.
- Sie reichen die Verordnung bei der Krankenkasse ein.
- Ist die Verordnung bewilligt – können Sie mit dem Rehasport starten!

Sie möchten mehr über den Rehasport im Bereich Neurologie erfahren oder haben Fragen zur Anmeldung? Dann freue ich mich auf Ihre Anfrage!

Monika Stahlschmidt  
0160- 96741513

# Wirbelsäulengymnastik

**Wirbelsäulen-Gymnastik** – eine Kombi aus Übungen, die den Rücken mobilisieren, kräftigen und dehnen - mit dem besonderen Augenmerk auf schonende, rücken- und gelenkgerechte Ausführung.

Sie kann sehr gut präventiv - zur Vorbeugung von chronischen Schmerzen im Rücken und Bewegungseinschränkungen bei Erkrankungen der Wirbelsäule eingesetzt werden.

Aber auch chronische Beschwerden des Bewegungsapparates können durch sie Linderung erfahren.

Sie bietet sich an für alle Menschen, die zu viel Zeit im Sitzen verbringen und zu wenig Bewegung haben. Wirbelsäulengymnastik ist hilfreich wenn die Muskulatur aus dem Gleichgewicht geraten ist. Das Ungleichgewicht kann durch eine veränderte Län-

ge, Kraft oder Spannung zweier Muskeln auftreten. Ein typisches Muster ist die Kombination aus Muskelschwäche und Verspannung bzw. Verkürzung.

Mit regelmäßigen und zielgerichteten Übungen zur Kräftigung der Muskelketten, zur Stabilisierung und Koordinierung des muskulären Gleichgewichts, zur Verbesserung der Beweglichkeit der Wirbelgelenke und der körpernahen Gelenke beugt man Rückenschmerzen vor. Die Haltung verbessert sich und man fühlt sich rundherum wohler in seinem Körper.

Jeder Mann und jede Frau ist herzlich willkommen!

montags 19:00 – 20:00 Uhr in der Schulturnhalle Littfeld

Monika Stahlschmidt  
0160 96741513



Hammerstraße 19 • 57223 Kreuztal • 02732/82765

# Rehasport Orthopädie

## NEU: Rehasport Orthopädie jetzt auch im Wasser

**Wassergymnastik seit 30. Mai 2023 (Therapiebecken der Neurologischen Fachklinik in Hilchenbach)**



trainiert. Es stärkt den Herzmuskel und somit auch das Herz-Kreislauf-System und senkt zudem während des Kurses im Wasser die Herzfrequenz. Zudem wirken Wasserdruck und Wasserwiderstand wie eine Massage für die Haut und fördern die Durchblutung.

Was ist anders bei Rehasport im Wasser?

Auch wenn die sanften Bewegungen im Wasser mühelos wirken, trainieren Sie in den Kursen effektiv Ihre Kraft und Ausdauer, ohne Ihren Körper dabei übermäßig zu belasten.

Da bei allen Bewegungen ständig gegen den Wasserwiderstand trainiert wird, sind Kraftaufwand und Energieverbrauch zwar sehr hoch. Auf der anderen Seite verringert der Wasserauftrieb das Körpergewicht jedoch deutlich. So werden die Gelenke geschont.

Aber nicht nur Muskeln, auch Organe wie Herz oder Lunge werden

Diese klassische Art der Aqua-Gymnastik dient vor allem der Rehabilitation und Beweglichkeit. Sie ist deshalb nicht nur für ältere Menschen, sondern auch für Menschen, die sich von einem Unfall oder einer Erkrankung erholen, gut geeignet!  
(Quelle BARMER)



# Rehasport Orthopädie

Drei Gruppen Rehasport Orthopädie bietet der TV Hoffnung Littfeld an:

- Dienstag, 18:00 Uhr  
Therapiebecken der Neurologischen Fachklinik in Hilchenbach  
(einige freie Plätze)
- Mittwoch, 16:30 Uhr  
Vereinsturnhalle Littfeld  
(einige freie Plätze)
- Mittwoch, 17:45 Uhr  
Vereinsturnhalle Littfeld  
(Warteliste)

Fachkenntnisse beim Rehasport sind wichtig! Verschiedenste Krankheitsbilder müssen beachtet werden, denn es gibt Übungen, die beispielsweise jemand, der eine künstliche Hüfte hat nicht ausführen darf. Der Weg ins Fitnessstudio ist daher nicht immer die beste Lösung – und darüber hinaus auch kostspielig. Mit einer Verordnung des Arztes (Formblatt 56) ist Rehasport für den Patienten kostenfrei. Es können 50 Übungseinheiten innerhalb von 18 Monaten oder 120 Übungseinheiten innerhalb von 36 Monaten verordnet werden.

Rehasport soll die Teilnehmer anstrengen, aber nicht überfor-



dern, denn beim Rehasport geht es darum, die Bewegungsfähigkeit zu verbessern und den Krankheitsverlauf positiv zu beeinflussen sowie Koordinationsvermögen und Gleichgewichtssinn zu schulen.

Mit dem individuell angepassten Training können gezielt die Beschwerden des Patienten angegangen werden und Leistungsfähigkeit, Ausdauer, Kraft und Belastbarkeit verbessert werden. Gerade orthopädische Erkrankungen wie Haltungs- oder Gelenkschäden häufen sich und so wächst der Bedarf an orthopädischem Rehasport.

Interessiert?  
Wendet Euch gerne an  
ÜL Katharina Zetzsche  
0172 5228599

# Nordic Walking

## Fit in den Frühling 2023 mit Nordic Walking

Präventives Herz-Kreislauf-Training für Jung und Alt ist am 08. Mai 2023 erfolgreich gestartet.

Gut gelaunt und hoch motiviert drehen wir unsere Runden und haben viel Spaß dabei.



## Abbrucharbeiten und Durchbrüche im Mauerwerk

**M**  **ARTIN KLETTKE**  
*Ihr Partner am Bau*

Betonabriss · Reparaturen · Neu- u. Umbau  
Innenausbau · Hausmeisterservice · uvm.

**Fachbetrieb für Schimmelpilzbeseitigung**

DEKRA Standard  
Fachkraft für  
Schimmelpilzbeseitigung  
[www.dekra-seg.de](http://www.dekra-seg.de)



Tel. 027 32/5590558 oder 027 32/5590559

Fax 027 32/559257 · E-Mail: [martinklettke@t-online.de](mailto:martinklettke@t-online.de)

Mobil: 01 71/9527262 · 57223 Kreuztal

# Kurs Stressbewältigung

## ANKÜNDIGUNG für Herbst - Winter 2023/2024

### Stressbewältigung Entspannungskurs

#### Stressfrei und entspannt in den Herbst - Winter 2023/2024

Chronischer Stress führt nicht nur zu Gefühlen wie Hilfslosigkeit, Hektik oder Angst - er schwächt auch das Immunsystem und macht anfälliger für viele Krankheiten. Depressionen, Herz-Kreislauf-Probleme, Burnout und vermehrte Infektionen können die Folge sein.

In diesem Entspannungskurs lernst Du durch verschiedene Verfahren, wie Du Dich sich seelisch und körperlich entspannen kannst. Auch stressige Situationen kannst Du auf diese Weise mit mehr innerer Ruhe bewältigen.

Entspannungsverfahren (Entspannungstechniken, Entspannungsmethoden) sind übende Verfahren zur Verringerung körperlicher und geistiger Anspannung oder Erregung. Körperliche Entspannung und das Erleben von Gelassenheit, Zufriedenheit und Wohlbefunden sind eng miteinander verbunden.

So wirken sich beispielsweise autogenes Training oder auch progressive Muskelentspannung nach Jacobson wohltuend auf den gesamten Körper aus.

Auch fernöstliche Entspannungstechniken wie Tai-Chi, Qi-Gong, oder Yoga könnte die richtige Wahl sein, wenn zusätzliche Bewegung im Entspannungsprogramm enthalten sein soll.

In diesem Kurs werden diese verschiedenen Methoden vorgestellt und soll den Teilnehmern helfen, die für sich passende Entspannungstechnik zu finden und diese dann zuhause anzuwenden oder im Verein (z.B. Yoga) weiter auszuüben.

# Kurs Stressbewältigung

Start: Dezember 2023/Januar 2024 - 10 Termine

Maximale Teilnehmerzahl: 15 Personen

Kosten werden noch bekannt gegeben.

Du hast Interesse und möchtest teilnehmen, dann melde Dich telefonisch bei Katharina Zetsche unter 0172 5228 599 oder per Email unter rehasport@zetsche-online.de an.

Leitung: Katharina Zetsche

(DOSB-Lizenz B, Rehasport Orthopädie,

DOSB-Lizenz B, Sport in der Prävention: FIT und GESUND Ganzkörperkräftigung und Beweglichkeit sowie CARDIO-AKTIV, DTB-Kursleitung:

Walking und Nordic-Walking, DTB Kursleitung Entspannungstechniken)



Seit 1968

Mauern aller Art

Treppen & Palisaden

Platten & Pflaster

Gartenpflege

Baum- und  
Strauchschnitt

Baumfällung

„Barrierefreiheit“  
im Garten  
und ums Haus herum

**Wir lassen  
Ihre Träume  
erblühen!**



NITZSCHE  
Garten- und Landschaftsbau  
Prignitzer Weg 5  
57223 Kreuztal-Littfeld  
Telefon (0 27 32) 84 00



# Spielmannszug

## Aufruf Spielmannszug

Hallo, ich möchte nochmal unseren Spielmannszug Müsen-Littfeld in Erinnerung bringen. Müsen-Littfeld deshalb, weil wir uns 2016 zusammengeschlossen haben um gemeinsam unser Hobby auszuüben.

Wir alle fühlen uns in unserer jetzigen Gemeinschaft sehr wohl und gut aufgehoben, vielleicht deshalb auch, weil in unserer Mitte die heute 14-jährigen Trommelschüler genauso ihre Bestätigung finden wie unsere Veteranen von 87 Jahren an der Flöte oder an der Lyra.

Wie ihr vielleicht feststellen konntet, nehmen wir aktiv am Ortsgeschehen teil, z.B.: beim Maibaumaufstellen, auf dem Weihnachtsmarkt oder präsentieren uns bei Festen der ansässigen Ortsvereine. Aber auch außerhalb unserer beiden Heimatorte sind wir aktiv wenn es darum geht, einen Schützen- oder Turnverein im Festzug oder bei einem Jubiläum zu unterstützen z.B.: auch mit dem Großen Zapfenstreich.

Neben unseren ganzen Aktivitäten pflegen wir aber auch unser Vereinsleben. Wir unternehmen Tagesfahrten wie kürzlich ins Sauerland. Da sind dann auch unsere Partner und Kinder mit dabei. In Zweijahresabständen gönnen wir uns eine Mehrtagestour nur mit den Aktiven.

Den Jahresabschluss bildet eine Familienweihnachtsfeier. Nach einer kleinen Wanderung kehren wir ein, lassen das Jahr Revue passieren, ehren unsere Jubilare und lassen den Tag bei Essen und Getränken ausklingen. Manchmal kommt sogar der Nikolaus vorbei und beschert die Kleinen mit einer Weihnachtstüte oder die Großen mit Lob aber auch Kritik.

Wir freuen uns, dass wir wieder aktiv sein dürfen. Bestätigung und Zuspruch bei unseren Auftritten gibt uns weiteren Auftrieb, unsere Tradition Spielmannszug zu erhalten.

Vielleicht habt auch ihr Lust ein Instrument zu spielen. Sprecht uns an oder kommt in unsere Übungsstunde. Wir haben erfahrene Ausbilder für Trommel, Querflöten oder Lyra.

Verfasser Günter Klappert	Tel.: 02732 74328 Email: guenter.klappert@t-online.de
------------------------------	--



# Gillerbergfest 2023

Von roten Pferden, Kuh-Schellen und Bronze-Medaillen  
Am Sonntagabend, als alle Zelte abgebrochen und verstaut waren, freute sich wohl jeder auf eine kalte Dusche und sein Sofa. Trotzdem glücklich so ein schönes GillerBergfest erlebt zu haben!

Doch der Reihe nach. Nachdem am Freitag gemeinsam der Aufbau der Zelte und der Küche mit Chill-out-Lounge gemeistert war, konnte es endlich richtig losgehen!

Beim Giller-Lauf, der zum ersten Mal auch in der Rothaar-Laufserie integriert war, starteten unsere Schüler auf der 2 km Strecke und Florian Schneider lief die 10 km Runde. In einer riesigen Staubwolke setzten sich die Läufer in Bewegung. Am Ende holten Iker, Theo und Florian jeweils den 3. Platz in ihren Altersklassen.



Inzwischen hatte auch das Beachvolleyball-Turnier in der großen Weitsprunggrube begonnen. Für den TVL am Start die „Hands4Hope“. Mit der Unterstützung ihres Maskottchen „Arku“, dem roten Gummi-Pferd, schafften sie die Quali für die Endrunde am Samstag. Nach einer Hitzeschlacht konnten sie den 5. Platz ausgiebig feiern!

Am späten Freitagabend fand zum ersten Mal ein Rudelturnen auf



# Gillerbergfest 2023



dem Giller statt. Natürlich waren auch einige TVL-Mädels extra dafür angereist und tränkten die trockene Ginsberger-Heide mit ihrem Schweiß.

Der Samstag begann, wie immer dem traditionellen Weckruf von Nana Mouskouri und den Leichtathletik-Wettkämpfen der Schülerinnen und Schüler. Henri, Noah, Paula, Jan, Sophia und Nika holten sich mit tollen Leistungen jeweils den dritten Platz! Insgesamt hatten wir 17 Teilnehmer.

Am Nachmittag brannte die Sonne unerbittlich weiter und da kam die Wasserrutsche von Littfeld bis Freudenberg genau richtig zur Abkühlung. Wie im letzten Jahr bildete sich schnell eine lange Schlange und unser 1V Michael Bald ließ es sich natürlich nicht nehmen, die Bahn zu eröffnen!

Für Timon, Jan, Milian und Theo gab es dann noch eine Herausforderung. Sie wollten im „Ginsberger-Heide-Junior-Cup“ ihren Titel verteidigen. Souverän zogen sie im abschließenden Tauziehen die Mannschaft des TV Essen-Kupferdreh über den Sportplatz zum Sieg. Der neugestiftete Pokal geht also wieder nach Littfeld! Ebenso konnte der Wettkampf „die perfekten 60 sec.“ durch unsere aufgabe gewonnen werden... Herzliche Glückwünsche dafür.

Dann konnte bei nun erträglichen Temperaturen gefeiert werden. Zwischen den vielen tollen Vorführungen auf der Bühne klang auch immer wieder das Kuh-Schellenläuten von Annas' Ginsberger-Heide-Pokal vom letzten Jahr. Erst tief in der Nacht kehrte Ruhe im Zeltlager ein.



# Gillerbergfest 2023



Das Erwachen zu den „Hells-Bells“ war dann jedoch nicht so schön. „Arku“ war weg! Wohin hatte sich das rote Pferd gekehrt? Beim Eierbacken in Krombach war es noch da. Auch ein Handy war weg. Nach einigen Aufrufen meldete sich der TV Kreuztal mit dem gefundenen Handy... ein Glück!

Nach einer, nicht ganz ernst gemeinten Lösegeld-Forderung der Turn-Jugend fanden aber auch Roß und Reiter im Gillerheim wieder zusammen!

Bei den Wettkämpfen am Sonntag gingen Lea (7. Platz, Jugend), Michael (1. Platz M45) und Caroline (4. Platz Oberstufe) an den Start. Nach einer kleinen Verschnaufpause am Mittag war es dann wieder Zeit für die Wettkämpfe um den „Wanderpreis Ginsberger-Heide“. Anna Greim wollte

ihre „Glocke“ verteidigen. Auch ihre Schwester Caroline war wieder am Start. Für Michael, der nun seit 20 Jahren an diesem besonderen Wettkampf teilnimmt, war ein Sieg kein Thema.

Während Anna im Tauziehen gegen Friederike Hass gewinnen konnte. Musste sich Michael dann nach dem Tau-Klettern als Drittplatzierter verabschieden. Hier ging der Pokal an den für Krombach startenden Gabriel Plate.

So ging ein Giller-Wochenende mit Rekord-Teilnehmerzahlen, vielen tollen Leistungen und vor allem mit sehr viel Spaß zu Ende.

Alle Ergebnisse unter [giller.info](http://giller.info)



# Hallenbeleuchtung

## Investition in die Zukunft

Energieeffizienz – der TVL macht einen großen Schritt

Natürlich suchen wir in diesen Zeiten überall nach Möglichkeiten zum Sparen und unsere einzigartige Anlage auf dem neuesten Stand zu halten. Ein großes Einsparpotential (bis zu 70%) bot sich bei der Beleuchtung der Vereinshalle.

Früh am 20. Mai war es soweit, neun Vereinsmitglieder warten zur Stelle, um die Hallen- Beleuchtung auf energiesparende LED-Technik umzustellen.

Unter der Fachkundigen Anleitung von Sascha Wege, Jürgen Sänger und Janne Süßmann musste jede einzelne Leuchte entsprechend umgebaut werden.

Am Ende des Tages, gegen 16:45 Uhr, war es geschafft. 168 Röhren verbaut und die Halle erstrahlte im neuen Licht!

Ein großes Dankeschön an die fleißigen Helfer, die in luftiger Höhe auf Gerüsten der Firma Pötz und der Firma E. Klein tolle Arbeit geleistet haben.

Danke für die gute Verpflegung! So macht Arbeit im und für den Verein Spaß!

Natürlich würden wir uns riesig freuen wenn bei den nächsten Arbeitseinsätzen für den TVL noch viel mehr Mitglieder dabei wären. Es braucht nicht nur Fachleute. Oft sind einfach nur viele Hände gefragt!

Euer  
Bauteam im TV Littfeld



# Vereinskollektion

Hallo liebe Vereinsmitglieder,

es gibt nochmal die Gelegenheit, in der Vereinskollektion zu shoppen!

Bestellungen gerne bis zum 15. August per E-Mail an:  
[brittafick@tv-littfeld.de](mailto:brittafick@tv-littfeld.de)



**Ihr Florist Heiko Weber**

**Ihr Blumenfachgeschäft  
besonders für  
Hochzeit- und  
Trauerfloristik  
sowie Dekorationen  
aller Art**

**Die  
Blumen-  
stube**



**Hagener Straße 276 · 57223 Kreuztal-Krombach  
Telefon 0 27 32 / 8 24 46**

# TV Littfeld Vereinskollektion



## TV Littfeld Trikot

Microfaser Subli Trikot

Herren Gr. S - 5XL  
Damen Gr. XS - 3XL  
Kids Gr. 104 - 176

*Erw.*  
**41,00 €**  
*Kids*  
**35,50 €**

## TV Littfeld Shirt

Baumwolle 180g/m<sup>2</sup>

Herren 029360-55 (Gr. S - 4XL)  
Damen 029361-55 (Gr. 34 - 44)

*Erw.*  
**16,00 €**



## TV Littfeld Funktions-Shirt

Microfaser

Herren 029038-55 (Gr. S - 4XL)  
Damen 029039-55 (Gr. 34 - 44)

*Erw.*  
**16,80 €**



## TV Littfeld Zip-Hoodie

Poly 65% / BW 35% - 280g/m<sup>2</sup>

Herren 021034-55 (Gr. S - 4XL)  
Damen 021035-55 (Gr. 34 - 44)

*Erw.*  
**37,00 €**



Preise inkl. MwSt. & Veredelung/Druck





**TV Littfeld Hoodie**

Poly 65% /BW 35% - 280g/m<sup>2</sup>

Unisex 021031-55 (Gr. S - 4XL)

*Erw.*  
**34,50 €**

**TV Littfeld Hoodie Kids**

Poly 65% /BW 35% - 280g/m<sup>2</sup>

Kinder 021021-55 (Gr. 110-160)

*Kids*  
**30,20 €**



**TV Littfeld Shirt Kids**

Baumwolle 180g/m<sup>2</sup>

Kinder 029032-55 (Gr. 110-160)

*Kids*  
**14,50 €**

**TV Littfeld Funktions-Shirt**

Kids Microfaser

Kinder 029037-55 (Gr. 110 - 160)

*Kids*  
**15,50 €**

*Herren: S, M, L, XL, 2XL, 3XL | Damen: XS, S, M, L, XL, 2XL | Kids: 90/100, 110/120, 130/140, 150/160*

# Ihre Ansprechpartner in allen steuer- und betriebswirtschaftlichen Bereichen



Adolf-Wurmbach-Straße 4  
57223 Kreuztal  
e-mail: [kanzlei@junk-schulte.de](mailto:kanzlei@junk-schulte.de)

Telefon 02732 766790  
Fax 02732 766799  
[www.junk-schulte.de](http://www.junk-schulte.de)

## **Badminton**

Matthias Adlung  
Domenic Gust  
Gesa Reichmann

## **Eltern-und-Kind-Turnen**

Klara Alicia Becker  
Athena Klapproth  
Franziska Krames  
Leonard Schiewe  
Sandra Trapp  
Till Trapp

## **Gymnastikkurse**

Peggy Silbermann

## **Handball**

Nico Büchte  
Mir Kian Fatemi  
Sila Khemin

## **Fußball**

Mario Abbate  
Yildrit Azizi  
Felix Benner  
Lukas Di Teodoro  
Thomas Lorsbach  
Bjarne Mattis Roth

## **Ju Jutsu**

Lias Checinski  
Bennet Jung  
Louis Wagener  
Bennet Wahl

## **Kinderturnen**

Louis Buchholz  
Ben Jakob Grebe  
Felix Leo Grebe  
Mira Kim Hamann  
Mira Klauss  
Kiara-Marlen Krombach  
Frieda Leopold  
Schana Lana Victoria Mallek  
Vanessa Menzel  
Muhammad Mikara  
Mila Römer  
Ole Saßmannshausen  
Levin Steger  
Lennart Wahl

## **Passive Mitglieder**

Colin Franz  
Jamie Hielkema

## **Tennis**

Alexander Berghaus  
Jacqueline Lohmann  
Marlies Kolb  
Aaron Loos

## **Tischtennis**

Gabriele Sandhöfer

## **Reha-Sport**

Susanne Limper  
Gabriele Sandhöfer  
Sibylle Steinseifer

# Wir gratulieren zum Geburtstag

## August

Brunhilde Katz	1.8.	94
Ursel Walpersdorf	3.8.	80
Ernst Merte	4.8.	88
Nelli Mantik	5.8.	73
Brigitte Müller	7.8.	80
Annenchen Wagener	8.8.	79
Wolfgang Otto	8.8.	76
Ursula Bäcker	9.8.	79
Cornelia Groh	9.8.	70
Angelika Josting	10.8.	71
Hannelore Mankel	13.8.	83
Rainer Busch	13.8.	80
Erich Weber	13.8.	77
Thomas Losrbach	14.8.	74
Burkhard Reuter	15.8.	71
Heinz Dreisbach	17.8.	81
Lothar Klein	17.8.	70
Marianne Schweitzer	18.8.	79
Willibald Müller	21.8.	84

## September

Waldemar Müller	1.9.	94
Gerda Müller	2.9.	92
Alfred Johann Baier	2.9.	91
Elmar Böcking	2.9.	74
Inge Denker	2.9.	73
Ilse Ernst	3.9.	96
Kurt Mankel	3.9.	83
Manfred Hoffmann	3.9.	83
Ulrich Fick	4.9.	84
Magdalena Ruthenbeck	5.9.	73
Ingrid Plein	6.9.	76
Klaus Bruno Schmid	6.9.	72
Günter Klappert	8.9.	71
Ilse Meier	10.9.	76
Reinhild Hanke	11.9.	71
Margitta Schönfelder	14.9.	79

Friedhelm Kroes	14.9.	76
Wolfgang Schmidt	15.9.	70
Grete Lindner	16.9.	93
Victoria Böcking	17.9.	78
Iris Ille	19.9.	80
Elke Gruchalski	20.9.	81
Roland Pioch	24.9.	71
Horst Nozar	25.9.	85
Elke Dreisbach	26.9.	81
Ilona Demandt	28.9.	71

## Oktober

Karin Wache	2.10.	83
Helmut Stähler	3.10.	89
Dorothea Schleifenbaum	3.10.	74
Manfred Hambloch	7.10.	74
Hans-Albert Jochum	7.10.	70
Peter Walbersdorf	12.10.	78
Harald Merten	12.10.	74
Peter Wache	14.10.	82
Albert Kreth	16.10.	90
Ernst Erhard Klappert	16.10.	79
Reinhard Merten	18.10.	70
Bernd Demandt	20.10.	79
Monika Born	22.10.	82
Uwe Thies	22.10.	81
Donata Sänger	24.10.	77
Ilse Groß-Bölting	26.10.	70
Jürgen Wahlers	31.10.	73

## November

Ellen Wahlers	2.11.	70
Gerd Westermann	5.11.	83
Annemarie Haug	6.11.	73
Paul Stausberg	8.11.	94
Gerhard Schweitzer	8.11.	82
Karin Mankel	10.11.	81
Felicitas Mormann	11.11.	76

# Wir gratulieren zum Geburtstag

Rosemarie Katz	12.11.	88	Dieter Verderber	4.1.	72
Harald Junk	15.11.	79	Gabriele Kraus-Fuhr	7.1.	72
Ursula Stenzel	16.11.	77	Elfriede Jung	9.1.	85
Gerlinde Pötz	17.11.	71	Gerhard Krämer	12.1.	88
Rainer Stahl	21.11.	79	Annette Spies	12.1.	82
Elly Nitzsche	21.11.	79	Bärbel Münker	17.1.	75
Christa Benner	21.11.	73	Marios Pantelidis	17.1.	71
Fritz Großmann	22.11.	84	Georg Gernand	18.1.	80
Manfred Siebel	23.11.	87	Rudolf Leber	19.1.	85
Erich Neuhaus	23.11.	76	Christiane Rink	20.1.	73
Johann Pichlmeier	25.11.	83	Kläre Marie Hambloch	21.1.	74
Christel Bender	27.11.	83	Jutta Schneider	24.1.	79
Irmhilde Herling	27.11.	80	Dietmar Klinger	26.1.	71
Christa Junk	27.11.	76	Eckhard Hadem	27.1.	79
Ilse Busch	29.11.	83	Klaus Dicke	28.1.	80
Harro Witzgall	29.11.	75			

## Dezember

Anneliese Hambloch	3.12.	87
Horst Schneider	5.12.	86
Margrit Gernand	11.12.	85
Manfred Henk	11.12.	73
Günther Staubach	12.12.	84
Gisela Piltz	13.12.	82
Karl Heinz Schleifenbaum	13.12.	79
Bruno Steuber	15.12.	81
Reinhard Grebe	16.12.	73
Harald Siebel	22.12.	79
Ursula Schnitt	25.12.	77
Werner Stockhecke	26.12.	79
Gunhild Kuhli	30.12.	72
Lotte Flender	31.12.	84

## Januar

Herbert Katzer	1.1.	87
Ernst Nothacker	2.1.	89
Friedrich Wilhelm Busch	3.1.	85
Marlies Müller	4.1.	91

# EINBRECHER MACHEN KEINEN URLAUB!

DAMIT SIE SICH IM URLAUB AUF  
DAS WESENTLICHE KONZENT-  
RIEREN KÖNNEN, ÜBERWACHEN  
WIR IHR EIGENTUM MIT EINER  
MOBILEN ALARMANLAGE.

Sichern Sie sich ab und lassen Sie Ihr  
Eigentum während Ihrer Abwesenheit  
nicht unbewacht! Unsere mobilen Alarm-  
anlagen sorgen für Sicherheit und Schutz  
während Ihrer Abwesenheit – und Sie  
müssen sich um Nichts kümmern!



## Schnelle und Einfache Installation

Wir installieren die Alarmanlage in Ihrer  
Wohnung – schnell, sicher und diskret. Nach  
Ihrem Urlaub bauen wir alles zerstörungsfrei  
ab und besprechen ggf. die Vorkommnisse  
während Ihrer Abwesenheit.



## Beste Technik und Zuverlässigkeit

Die TELENOT Compact Easy hat sich aus vie-  
len unabhängigen Tests als „Beste Alarmanla-  
ge Deutschlands“ hervorgetan und bietet ein  
höchstmaß an Zuverlässigkeit.



## Aufschaltung zum Wachdienst

Der Wachdienst beaufsichtigt aus der Ferne  
die volle Funktionalität der Alarmanlage und  
reagiert bei Störungen oder Alarm.

## **JETZT UNVERBINDLICH ANFRAGEN!**

Telefon: +49 271 4 88 55 - 50

E-Mail: [info@urlaubs-alarmanlage.de](mailto:info@urlaubs-alarmanlage.de)

Web: [urlaubs-alarmanlage.de](http://urlaubs-alarmanlage.de)

## Schulturnhalle

### Montag

- 15.45-17.00 - Eltern-Kind-Turnen - Jessica Sorg
- 18.00-18.45 - Rehasport Orthopädie - Katharina Zetzsche  
/ Entspannungskurs (Winter)
- 19.00-20.00 - Wirbelsäulengymnastik - Monika Stahlschmidt
- 20.00-21.30 - Aerobic meets Workout - Katrin Haub

### Dienstag

- 14.45-15.45 - Kinderturnen 1. Klasse (OGS) - Claudia Groos
- 15.45-16.45 - Kinderturnen 3-4 Jahre - Claudia Groos
- 16.45-17.45 - Kinderturnen Vorschule - Heike Fuhr
- 18.30-19.30 - Dienstagsfrauen - Katja Gerhardt
- 19.30-20.30 - Kurse - Sabine Scheld
- 20.30-22.00 - Tischtennis

### Mittwoch

- 17.30-18.30 - Ju Jutsu - Kinder Anfänger
- 18.30-20.00 - Ju Jutsu - Senioren ab 14 Jahre - Sascha Wege

### Donnerstag

- 08.30-09.30 - Gymnastik - Judith Walbersdorf
- 15.00-16.30 - Kinderturnen 2-4 Klasse (OGS) - Sandra Kroes
- 16.30-18.00 - Fußball Bambinis + F-Jugend (Winter)
- 18.00-19.00 - Fitnessexpress - Stephanie Schnug
- 19.00-20.30 - Wir bleiben in Bewegung - Martina Funk
- 20.30-22.00 - Tischtennis

### Freitag

- 16.00-17.30 - Fußball E-Jugend (Winter)
- 17.30-19.00 - Ju Jutsu - Kinder Fortgeschrittene - Sascha & Sonja Wege
- 19.00-20.30 - Ju Jutsu - Senioren ab 14 Jahren - Sascha Wege
- 20.30-22.00 - Jedermann - Bruno Schmid

# Hallenbelegung

## Vereinssporthalle

### Montag

ab 14.00 - (Winter) Tennistraining - Arno Wagner

20.00-22.00 - MOSUS - Jörg Stenzel

### Dienstag

16.30-18.30 - Badminton Jugend - Patrick Steger

18.30-20.30 - Badminton Senioren - Dieter Steger

20.30-22.00 - Volleyball Mixed - Christian Schmid

### Mittwoch

10.00-11.00 - Mittwochsmänner

13.30-14.15 - Rehasport Neurologie - Monika Stahlschmidt

15.30-16.15 - Rehasport Neurologie - Monika Stahlschmidt

16.30-17.30 - Rehasport Orthopädie - Katharina Zetzsche

17.30-18.30 - Rehasport Orthopädie - Katharina Zetzsche

19.00-20.00 - Handball 1. Mannschaft - Sven Siemens

20.00-22.00 - Handball 2. Mannschaft - Marco Kroes

### Donnerstag

16.00-17.30 - Handball E-Jugend - Jochen Siegmund & Florian Siebel

17.30-19.00 - Handball D-Jugend - Jochen Siegmund & Thomas Busch

19.00-20.30 - Volleyball Damen - Marla Blechert

20.30-22.00 - Männer 29+ - Andreas Beckmann

### Freitag

14.00-16.00 - Kindertennistraining - Arno Wagner

16.00-17.30 - Handball E-Jugend - Jochen Siegmund & Florian Siebel

17.30-19.00 - Handball C + D-Jugend - J. Siegmund & Thomas Busch

19.00-20.30 - Handball 1. Mannschaft - Sven Siemens

20.30-23.00 - Badminton Senioren - Dieter Steger

### Samstag

08.00-13.00 - (Winter) Jugendtennistraining - Arno Wagner

13.00-14.30 - 1.+3. Samstag im Monat (Winter) Leichtathletik Kinder  
(Sommer Sportplatz) - F. Steinseifer & C. Groos

### Sonntag

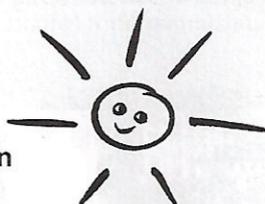
09.00-12.00 - (Winter) Tennistraining

14.00 - (Winter, wenn nicht belegt) Fußball B-Jugend - Thomas Kroes

Heizung · Klima · Sanitär  
Kundendienst = Tag + Nacht

# PÖTZ

- ▶ Heizungstechnik
- ▶ Solar- und Wärmepumpentechnik
- ▶ Klima- und Lüftungsanlagen
- ▶ Sanitärtechnik und Klempnerarbeiten
- ▶ Beratung, Planung und Ausführung



Im Schloos 8 · 57223 Kreuztal-Littfeld  
Telefon (0 27 32) 8 28 71 · Telefax (0 27 32) 8 61 44

# Spedition Siebel GmbH

57223 Kreuztal · Wendenhof 7  
57215 Kreuztal · Postfach 0776

Telefon (0 27 32) 89 63-0  
Telefax (0 27 32) 89 63-70

Internet: <http://www.siebel-spedition.de>  
E-Mail: [info@siebel-spedition.de](mailto:info@siebel-spedition.de)

Güternah- und Fernverkehr  
„Just-in-time“ -Transporte im gesamten  
Bundesgebiet und Benelux  
Schwertransporte bis 38 to  
Speziallangtransporte bis 30 m  
Beheizte Lager- und Umschlaghallen  
auf über 15.000 m<sup>2</sup>  
Krankkapazitäten bis 40 to  
Eigener Gleisanschluss · Konsignationslager  
Logistik-Lösungen



# Rath

## *Malerfachbetrieb*

Hagener Str. 382 | 57223 Kreuztal-Littfeld

Tel. 0 27 32 / 89 47-0

**www.maler-rath.de**

# SITEC

Veranstaltungstechnik

-Vermietung und Verkauf von Beschallungs- und Beleuchtungsanlagen

-Technische Betreuung Ihrer Veranstaltung oder Feier

Telefon: 0171/3692565 Frank Reitz    0179/9117020 Michael Dreisbach

Email: [sitec-veranstaltungstechnik@t-online.de](mailto:sitec-veranstaltungstechnik@t-online.de)

Besuchen Sie unsere Facebook Seite: [www.facebook.com/sitec.veranstaltungstechnik](http://www.facebook.com/sitec.veranstaltungstechnik)

# Hallenbelegung

## Vereinsheim

### Montag

18.00-19.00 - Yoga - Judith Walbersdorf

19.00-21.00 - Yoga meets Tennis - Judith Walbersdorf

### Dienstag

20.00-22.00 - Spielmannszug - Günter Klappert

(2-wöchentl. im Wechsel mit Müsen)

### Mittwoch

8.30-10.00 - Yoga - Judith Walbersdorf

11.00-12.00 - Mittwochsmänner -gemütlicher Teil

18.00-19.00 - Bauch-Beine-Po - Katrin Haub

### Donnerstag

9.00-10.30 - Krabbelgruppe

19.00-20.00 - Andy's fitte Mädels

20.00-21.30 - Yoga - Judith Walbersdorf

### Andere Hallen / Outdoor

Handball weibl. B/C-Jugend - Marco Kroes + Nele Kolb

2-Fach-Halle, Kreuztal: Montag, 17.00-18.30 Uhr, Do. 18.30-20.00 Uhr

Walking - Dienstags, 9:00 Uhr; Donnerstags, 17:30 Uhr

unterschiedliche Treffpunkte - Christa Junk

### Fußball - Fußballplatz Eichen

Montag

17-19 Uhr B-Jugend; 19-20.30 Uhr 1. Herren; 19.30-21 Uhr Alte Herren

Mittwoch

17-19 Uhr B-Jugend; 16.30-18 Uhr D/E/F-Jgd.; 19-20.30 Uhr 1. Herren

Freitag

16-17.30 Uhr F-Jugend/Bambini; 16.30-18 Uhr D/E-Jugend; 17-19 Uhr

B-Jugend; 19-20.30 Uhr 1. Herren

Fußball E-Jugend - Mi. 16.00-17 Uhr, Fr. 16.30-18 Uhr

Halle D, Kreuztal (Winter)

sowie Fitnessraum-Nutzung in Gruppen, Beachvolleyball-Anlage,  
Tennisplätze lt. Belegungsplan online

# Andreas Thomas Metall- und Geländerbau

Stendenbacher Weg 33  
57223 Kreuztal-Eichen  
Tel.: 0 27 32/ 8 64 55  
Fax.: 0 27 32/ 5 58 11 8  
thomas-andreas@t-online.de

[www.andreas-thomas.info](http://www.andreas-thomas.info)



Fitness für die Sinne ...



**Preis  
GARANTIE**

Bei uns zahlen Sie immer  
den günstigsten Preis.



**EINRICHTUNGSHAUS**  
• SCHREINEREI

**Leber**

Talstraße 1-4 · 57223 Kreuztal-Krombach  
FON 027 32-8950-0 · FAX 02732-86377  
eMAIL [info@moebelhaus-leber.de](mailto:info@moebelhaus-leber.de)  
INTERNET [www.moebelhaus-leber.de](http://www.moebelhaus-leber.de)

ÖFFNUNGSZEITEN  
mo-fr 9<sup>30</sup>-18<sup>30</sup> Uhr  
donnerstag 9<sup>30</sup>-20<sup>00</sup> Uhr  
samstag 9<sup>30</sup>-16<sup>00</sup> Uhr

# Aufgaben und Funktionen

<b>Name</b>	<b>Funktion</b>	<b>Aufgaben</b>
Michael Bald Hangstr. 6 57223 Kreuztal Tel. 02732 762110 m.bald@mb-finanz.de	1. Vorsitzender	<ul style="list-style-type: none"><li>• Führung des Vereins</li><li>• Leitung von Vorstandssitzungen</li><li>• Leitung Jahreshauptversammlung</li></ul>
Michael Nothacker Hagener Str. 361 57223 Kreuztal michaelnothacker@tv-littfeld.de	Geschäftsführer	<ul style="list-style-type: none"><li>• Protokollführung</li><li>• Planung und Durchführung von Veranstaltungen</li></ul>
Manfred Funk Aspenstr. 5 57223 Kreuztal Tel. 02732 7652170 manfred@tv-littfeld.de	Leiter Finanzwesen	<ul style="list-style-type: none"><li>• Kassenführung / Buchführung</li><li>• Mitgliederverwaltung</li><li>• Meldung Sportverletzungen</li></ul>
Klaus Süßmann Zum Burberg 19a 57223 Kreuztal Tel. 02732 86231 klaus.suessmann@online.de	2. Vorsitzender	<ul style="list-style-type: none"><li>• Stellvertretung 1. Vorsitzender</li><li>• Leitung Projekte</li></ul>
Claudia Groos Helenenhof 1 57223 Kreuztal Tel. 02732 769154 claudia@tv-littfeld.de	Leiterin Sportbetrieb	<ul style="list-style-type: none"><li>• Koordination Sportbetrieb</li><li>• Sportveranstaltungen</li><li>• Kurse</li></ul>
Nele Marie Kolb Schützenstr. 12a 57223 Kreuztal Tel. 02732 892949	Leiterin Jugendausschuss	<ul style="list-style-type: none"><li>• Koordination Jugendarbeit</li><li>• Veranstaltungen für Jugendliche</li></ul>
Thilo Jung Im Schloos 9c 57223 Kreuztal Tel. 02732 7697567 thilo.jung@t-online.de	Ressortleiter Bauwesen	<ul style="list-style-type: none"><li>• Baumaßnahmen</li><li>• Renovierungen</li></ul>
Wolfgang Breuer Aspenstr. 20 57223 Kreuztal Tel. 02732 81645 wbreuer@arcor.de	Ressortleiter Veranstaltungen und Hallennutzung	<ul style="list-style-type: none"><li>• Planung Veranstaltungen</li></ul>

# Aufgaben und Funktionen

Name	Funktion	Aufgaben
Bianca Fritzsche Zum Roten Seifen 7 57223 Kreuztal Tel. 02732 6074759	Ressortleiterin Kinder- und Jugendsport	<ul style="list-style-type: none"><li>• Koordination des Sportangebots für Kinder und Jugendliche</li></ul>
Andreas Beckmann Silberger Str. 26 57399 Kirchhundem Tel. 0151 15578247 a.beckmann.2@gmx.de	Ressortleiterin Breitensport	<ul style="list-style-type: none"><li>• Koordination des Sportangebots im Breitensport</li></ul>
Martina Funk Aspenstr. 5 57223 Kreuztal Tel. 02732 7652170 martinafunk@me.com	Ressortleiterin Senioren- und Gesundheitssport	<ul style="list-style-type: none"><li>• Koordination des Sportangebots für Senioren</li><li>• Planung von Veranstaltungen</li></ul>
Patrick Steger Bockenbachstr. 101 57223 Kreuztal Tel. 0172 9684294	Abteilungsleiter Badminton	<ul style="list-style-type: none"><li>• Abteilungsleitung</li></ul>
Thomas Hambloch Adolf-Wurmbach-Str. 15 57223 Kreuztal Tel. 0163 4415662 handball@tv-littfeld.de	Abteilungsleiter Handball	<ul style="list-style-type: none"><li>• Abteilungsleitung</li></ul>
Erik Süßmann Zum Burberg 19a 57223 Kreuztal Tel. 0176 46091922 tvittfeldtennis@gmail.com	Abteilungsleiter Tennis	<ul style="list-style-type: none"><li>• Abteilungsleitung</li></ul>
Michael Nünnerich Am Alten Hahn 9 57223 Kreuztal Tel. 02732 82243 michael.nuennerich@tv-littfeld.de	Abteilungsleiter Fußball	<ul style="list-style-type: none"><li>• Abteilungsleitung</li></ul>
Ben Stähler Hans-Böckler-Str. 8 57223 Kreuztal presse@tv-littfeld.de	Ressortleiter Öffentlichkeits- arbeit	<ul style="list-style-type: none"><li>• Koordination Pressearbeit</li><li>• Homepage</li></ul>

# Aufgaben und Funktionen

## Weitere Funktionen

### Name

Kim-Kevin Wagner  
57223 Kreuztal  
Tel. 0151 18510200

### Aufgaben

• Vermietung Tennisheim

### Name

Bernd Stahlschmidt  
Müsener Str. 30  
57223 Kreuztal  
Tel. 02732 82125

### Aufgaben

• Vermietung Vereinsheim

# ALLES FÜR IHREN MAZDA



Neuwagen

Tageszulassungen

Vorführgewagen

Gebrauchtwagen

Original Mazda Service

Reparaturarbeiten

Unfallinstandsetzung

## Autohaus Lohmann e.K.

Hagener Str. 456 • 57223 Kreuztal

Tel. 02732 89600

[www.mazda-autohaus-lohmann.de](http://www.mazda-autohaus-lohmann.de)

# Termine & Impressum

## Termine

19.08.2023

Kindersportabzeichen

10.12.2023

Nikolaus-/Weihnachtsfeier

## Impressum

Herausgeber:

TV Hoffnung Littfeld e.V.

Redaktion:

Vorstand, Übungsleiter, Helfer

Satz und Layout:

Sven Theibach

Druck:

Druckhaus Kay

Auflage:

800 Stück. Der Vereinsbrief erscheint  
halbjährlich.

Die Redaktion behält sich Kürzungen eingereicherter Artikel vor, sofern deren Inhalt nicht dem Sinn nach verändert wird.

Die nächsten Vereinsnachrichten sollen im Januar 2024 erscheinen. Bitte alle Artikel bis zum 30.11.2023 in der TVL-Cloud ablegen oder per E-Mail an [presse@tv-littfeld.de](mailto:presse@tv-littfeld.de).

Am 5. April 2023 verstarb unser Ehrenmitglied

# Manfred Groos

im Alter von 71 Jahren.

Dem Turnverein „Hoffnung“ Littfeld seit frühester Jugend verbunden, war Manfred Groos zunächst als Handballer und Handball-Schiedsrichter aktiv. Nach seiner Aktiven-Zeit stellte er sich über viele Jahre als Handball-Fachwart, Leiter des Bau-Ressorts und Mitorganisator der „Littfelder Dorfolympiade“ mit großem Engagement in den Dienst des Vereins. Seine großen Verdienste um unseren Verein wurden 2019 mit der Verleihung der Ehrenmitgliedschaft gewürdigt.

Mit den Angehörigen trauern wir um einen liebenswerten Menschen. Wir werden Manfred Groos in dankbarer Erinnerung behalten.

Turnverein „Hoffnung“ Littfeld e.V. von 1894  
Der Vorstand

Littfeld, im April 2023

# NACHRUF

Gemeinsam mit den Angehörigen trauern wir um  
unsere verstorbenen Vereinsmitglieder

Kurt Müller

Manfred Groos

Volker Berens

Eva Nozar

Wir werden ihr Andenken in Ehre halten.