



SPORTVERZÄLLE

Vereinszeitschrift der Sportgemeinschaft Zons 1971 e.V.

Nr. 39 November 2010



Impressum

Autor und Herausgeber des Druckerzeugnisses ist die SG-ZONS e.V. Sämtliche Nutzungsrechte an den in diesem Druckerzeugnis zur Verfügung gestellten Inhalten (in Text- und Bildform) liegen beim Herausgeber. Sämtliche Urheberrechte an den in diesem Druckerzeugnis zur Verfügung gestellten Inhalten (in Text- und Bildform) liegen beim Herausgeber, wenn nicht durch eine gesonderte Urheber-oder Quellenangabe gekennzeichnet. Jegliche Nutzung und Vervielfältigung der Inhalte, auch in Auszügen, bedarf der ausdrücklichen schriftlichen Erlaubnis des Herausgebers und des Urhebers.

Impressum

Abteilung	Seite
-----------	-------

Inhalt	3
Auf ein Wort	4
Leichtathletikabteilung	6
Badmintonabteilung	40
Tennisabteilung	47
Turnabteilung	57
Judoabteilung	65
Beitrittserklärung	68

Auf ein Wort

Stadt ist Pleite!

Der Parkplatz im Bereich der Tennisanlage der SG ZONS soll besser ausgeleuchtet werden. So lautete ein Antrag an die „Technischen Betrieb der Stadt Dormagen (TBD)“ den der stellvertr. Vorsitzende Wolfgang Horst angeregt hatte. Nun bekam die SG einen positiven Bescheid. Unbürokratisch wird man in diesem Jahr die Eingrünung des Parkplatzes zurück schneiden. Für 2011 habe man kein Geld um eine Beleuchtung zu installieren. Die kalkulierten Kosten in Höhe von 4.900,- (!) € könne man erst im Jahre 2012 für den Haushalt beantragen. Armes Dormagen!

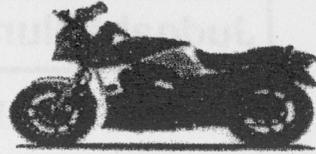
In diesem Zusammenhang erinnerte Joachim Fischer daran, dass seit Jahren eine neue Umlaufbahn für die Leichtathletik gefordert wird. „Wir versinken im Schlamm!“ so Joachim Fischer in einer öffentlichen Verlautbarung.

Angeregt hat Wolfgang Horst in einem Schreiben an die Stadt Dormagen, die Möglichkeit eines Kaufs der Grundstücksfläche der Tennisanlage zu prüfen. „Das geht nur, wenn man die seit Jahren gezahlte Pacht an die Stadt bei der Kostenermittlung berücksichtigt. Eine derartige Investition muß über einen Kredit erfolgen“, stellte Horst klar.

Im Jahr 2011 ist die SG ZONS auch durch die Sparbeschlüsse der Politik betroffen: Die Jamaika- Koalition hat eine 20%- ige Kürzung aller Vereinzuschüsse beschlossen! Dadurch fehlen in der SG-Kasse im Jahr 2011 Zuschußmittel für die „Betriebskosten“. Bekanntlich hat die Stadt in den vergangenen Jahren auch ihr Versprechen, die Betriebskosten mit 10% zu bezuschussen, nie gehalten!

Die SG ZONS leidet nicht unerheblich unter den Sparbeschlüssen der Stadt Dormagen!

W.H.



Fahrschule F. Dee

3 x in Dormagen

41539 Dormagen
Kölner Strasse 19

Unterricht

Di + Do 18 – 20 Uhr

41541 Dormagen-Stürzelberg
Biesenbachstrasse 22

Mo 18 – 20 Uhr

41542 Dormagen-Nievenheim
Hindenburgstrasse 30

Mi 18 – 20 Uhr

+ Fax

02133 – 45868

Mobil-

0172 – 9200566

E-Mail

F.Dee@web.de

Leichtathletikabteilung

Bekommt man Nordic-Walker vom Stock? Erlebnisbericht des 26. Mitternachtslauf in Kröv am Pfingstsamstag, dem 22. Mai 2010

Am 22. Mai fuhren wir mit der in den letzten Jahren größten Gruppe von insgesamt 31 Personen zu dem 26. Mitternachtslauf nach Kröv, wovon auch 18 Läufer an den Start gingen.

Die Unterkünfte wurden aus strategischen Gründen über den ganzen Ort und die Campingwiese verteilt, um strafrechtlichen Verfolgungen wegen verschwundener Haushaltgegenstände vorzubeugen.

Einige reisten bereits in den Nachmittagsstunden an und sondierten die gesamte Region hinsichtlich Unterschlupfmöglichkeiten und Fluchtwegen. Um es vorweg zu nehmen, es ist in diesem Jahr nichts weg gekommen. Die Observierung wurde bereits am Sonntag eingestellt, die Beobachtungs-Nachtschicht durch Hilde, bis 05:30 Uhr am Sonntagmorgen, wäre nicht notwendig. Es stellte sich heraus, dass die in den Vorjahren, unschuldig, im Verdacht stehende SG-ler nur durch die Verkettung unglücklicher Umstände in den Fokus gerieten. Zukünftig werden vor der Abreise keine Taschen mehr inspiziert.

Unser Basislager am Moselufer, rund um die Wohnmobile von Cordula, Peter, Edith, Friedhelm und Ulrich, hat sich mittlerweile recht professionell entwickelt, dass dort bei schönem Wetter auch großen Gruppen Aufenthalt ermöglicht wird. Wir haben genügend Stühle, Tische, Grill's, Bierdosen und weniger wichtige Lebensmittel in ausreichender Menge deponiert. Dadurch war die Campingwiese immer der Ausgangspunkt aller Aktivitäten.

So, und nun zu dem wirklich wichtigen Ereignissen des Wochenendes.

Dem Laufen!

Da sich aus den Reihen der Walker und Nordic-Walker, außer Hilde, keine weiteren Sportler fanden, entschloss sich Hilde ebenfalls mit Edith und Petra den 3.800m langen ‚Jedermanns-Lauf‘ zu absolvieren.

Leichtathletikabteilung

Als ihr Ehemann, sah ich es natürlich als meine Pflicht, sie als ‚Personal-Trainer‘ zu begleiten, um auch unsere anvisierte Zielzeit zu erreichen. Allerdings gestaltete sich die Aufgabe sehr schwierig, weil Ehefrauen nach über 20 Ehejahren nicht zuhören können. Im Gegenteil, sie sind sogar bockig und meinen, man müsste sie über den Parcours tragen, wenn man gemeinsam das Ziel erreichen will. Genauso, wie sie vergessen, wo sie gerade wieder deine Hausschlüssel versteckt haben, hören sie nicht zu!

Ok, dachte ich, wenn sie auf ‚kleine Schritte‘, ‚bleib dran‘, ‚gleichmäßig atmen‘; „runter langen Schritt“ usw. nicht hören will, muss ich die Strategie ändern. Gegner auf Distanz halten. Eine Maßnahme neben den lebenserhaltenden, die im Wettkampf immer funktionieren müssen. Also, Hilde ca. 54cm schräg links hinter mir. Wir haben den ersten Streckenabschnitt durch die Altstadt hinter uns gebracht und laufen auf der Bundesstraße Richtung Weinlandhalle. Plötzlich lautes Schnaufen und Atmen rechts hinter mir, Hilde weiter links „Lauf innen, über den Bordstein, zumachen.“ „Jetzt hör doch mal!“ Das Schnaufen ist immer noch da. Gut, Ellenbogen nach außen stellen und nach rechts Schweiß abwischen. Der hängt immer noch dran. Nur nicht nach dem Gegner umdrehen, dass kann als Zeichen von Schwäche ausgelegt werden. Jetzt fällt mir nur noch ein Trick ein. Durch lautes Räuspern den baldigen Auswurf von Bronchialschleim ankündigen. Super, das Schnaufen wird leiser. Und als ich rechtsabbiegend zurück schaue, sehe ich den auslaufenden Zuschauer, während der angefeuerte, übergewichtige Läufer uns links überholt. Klasse, die ganze Aufregung umsonst.

Hilde hat ihren ersten Jogging-Volkslauf absolviert, aber trotzdem unter der angestrebten Zeit beendet. Ob ich allerdings noch mal als ihr Coach tätig werde??? (Wenn ich nicht walken muss, vielleicht?)

Der ‚Nachlauf der Junggebliebenen‘ verlief wie in den Vorjahren bei super Wetter und die Reihenfolge der Zieleinläufe unserer Läufer ist mittlerweile vorhersehbar. Die kranken, verkrampften, untrainierten, verdauungsgestörten, gezerzten, übergewichtigen und die sich total schlapp föhlenden liefen weit vorne mit. Ich zog es vor, gemeinsam

Leichtathletikabteilung

mit Michael(a), einem Läufer, der irrtümlich bei den Frauen gemeldet wurde und mit Elke in aller Ruhe die drei Runden zu laufen.

Mit der traditionellen Feier in der Weinlandhalle wurde der Mitternachtslauf abgeschlossen. Die endlos erscheinende Siegerehrung hielt einige aber nicht davon ab, die Weinlandhalle gegen 05:30 Uhr abzuschließen, was sich am nächsten Morgen durch die Verweigerung fester Nahrung und Rückwärtsessen rächte. Die geplante Fahrradtour nach Bernkastel-Kues wurde mit leichter Verzögerung gestartet. Da das Supersommerwetter zu Aktivitäten im Freien einlud, entschlossen sich 10 Leute die Mosel flussabwärts mit dem Kanu zu befahren und die andere Gruppe radelte die Mosel flussaufwärts. Der Abend wurde mit einem großen gemeinsamen Abendessen eingeläutet und endete mit leckerem Wein auf der Dachterrasse des Karolingerhof's.

Nachdem Peter und Friedhelm den Keller unter dem Wohnmobil verschlossen hatten, wollten wir am Pfingstmontag unsere Klettertour durchführen. Dies war aber aufgrund riesigen Andrangs von Jugendgruppen leider nicht wie geplant möglich, ohne mehrstündige Wartezeit hinzunehmen. (Da hätte man auch wieder Spirituosen im Karolingerhof trinken können.)

Zum Glück kennen unsere Wohnmobilreisenden aber Strecken, da weiß die Straßenbaumeisterei noch nicht einmal das dort überhaupt Asphalt liegt. Und so machten wir uns mit einer kleinen Gruppe auf zu den ‚Viktoria-Wasserfällen‘ der Eifel. Dort wurde nochmals frischer Kaffee aufgebrüht, der letzte Kuchen verspeist und danach machte sich jeder wieder auf den Weg nach Hause und hoffte insgeheim, hoffentlich ist nicht wieder was abhanden gekommen.

Danke Fam. H. aus S.

Bis neulich

Jürgen

Leichtathletikabteilung

Ergebnisse

Jedermannlauf – 3.800 m

Derichs, Edith	22:43 Min.	103. Gesamt	29.	W55
Hermes, Petra	22:44 Min.	104. Gesamt	30.	W45
Düring, Hilde	28:32 Min.	126. Gesamt	44.	W45

Lauf der Junggebliebenen – 9.400 m

Poschinski, Olaf	39:17 Min.	035. Gesamt	15.	M45
Hofstadt, Klaus-Peter	40:32 Min.	057. Gesamt	14.	M50
Balmer, Jörg	44:20 Min.	118. Gesamt	31.	M45
Rupprecht, Axel	45:49 Min.	147. Gesamt	24.	M40
Totzke, Dagmar	46:43 Min.	162. Gesamt	11.	W45
Hetscher, Detlev	46:44 Min.	163. Gesamt	28.	M40
Weiß, Sabina	50:34 Min.	234. Gesamt	15.	W40
Röhrig, Cordula	53:34 Min.	275. Gesamt	28.	W45
Hofstadt, Elke	53:38 Min.	275. Gesamt	29.	W45
Düring, Jürgen	53:39 Min.	278. Gesamt	55.	M45
Tünnessen, Michael(a)	54:19 Min.	289. Gesamt	06.	W55
Hermes, Alwin	54:27 Min.	291. Gesamt	57.	M45
Hetscher, Manfred	56:02 Min.	310. Gesamt	05.	M65
Peschke, Claudia	57:33 Min.	327. Gesamt	22.	W50



Leichtathletikabteilung

Ein „paar“ Kröv-Mosel-Impressionen!



Leichtathletikabteilung

Kletterausflug Juli 2010

Wie jedes Jahr bietet die Leichtathletikabteilung der SG ZONS ihren Kindern- und Jugendgruppen ein besonderes Highlight. Diesmal stand ein Kletterausflug im Juni auf dem Programm.

Treffpunkt war um 11:00 Uhr am Dormagener Bahnhof, sodass wir dann gemeinsam zum Kletterpark Canyon nach Chorweiler fahren konnten. Es war ein sehr warmer Tag und alle freuten sich auf den Ausflug.

Dort angekommen wurden wir zunächst in Gruppen eingeteilt. Die Betreuer und die Jugendlichen lernten, wie man richtig sichert. Die Kinder lernten zeitgleich den wichtigen Achterknoten.

Nachdem alle gut eingearbeitet wurden, konnte es losgehen.

Am Anfang waren die Kinder noch etwas zögerlich und mussten sich zunächst an die Höhen gewöhnen. Nach kurzer Zeit aber hatten sie ihre Ängste überwunden und kletterten die verschiedenen Pfade bis zum Gipfel hinauf. Sogar wackelige, frei hängende Hindernisse wurden erkundet.



Leichtathletikabteilung

Da das Klettern bekanntlich hungrig macht, wurde natürlich für eine Stärkung gesorgt. Für alle Kinder gab es Spaghetti Bolognese und zum Nachtisch ein Eis. Gut gesättigt zog es dann nach dem Essen alle noch mal an die Kletterwand. Alle Kinder und auch die Betreuer hatten dabei sehr viel Spaß. Und auch die Veranstalter waren begeistert von unserer Gruppe.

Nach einem anstrengenden Tag fahren dann alle gemeinsam gegen 15:00 Uhr wieder zum Bahnhof nach Dormagen, wo wir von den Eltern schon empfangen wurden.



Ein Dank geht an alle Helfer/innen und an die LA-Abteilung für den finanziellen Zuschuss.

Mit sportlichen Grüßen

Melanie Elsner

Leichtathletikabteilung

Besondere Anerkennung (30 Jahre) für unseren Lauf- und Walkingtreff.

Ein großer Dank geht an alle Übungsleiterinnen und Übungsleiter,
wovon schon einige 15 Jahre „am Stück“ dabei sind!



Leichtathletikabteilung

6. Bahnserie unter dem Motto FUN Und RUN



Obwohl wir den Termin der Bahnserie vor den Sommerferien verschoben haben und sogar ein langes Wochenende anstand, trafen sich 39 Läufer/innen und ein Walker zur 6. Bahnserie (04.06.2010). Wie immer, konnte 3000m oder 5000m gelaufen werden. Einige liefen sogar beide Strecken. Und auch bei dem Wetter hatten wir wieder großes Glück, es herrschte Sonnenschein pur. Das tolle an dieser (noch) vereinsinternen Veranstaltung ist, dass wirklich alle Leistungsklassen vertreten sind. Am Ende gab es auch keine Siegerehrung (obwohl ja alle Sieger sind), sondern es wurde gemütlich bei Pizza und Getränke zusammen gesessen. Ein Dank geht an alle Helfer.

Bemerkung: Wir Zonser glauben, dass wir mittlerweile die schlechteste Laufbahn des Kreises Neuss haben. Okay, wir glauben es nicht nur, wir wissen es!

FUN und RUN ==> Auch im nächsten Jahr wieder

Viele weitere Informationen über unsere Läufer/innen, wer, wo, wann unterwegs war, mit Zeiten, Platzierungen, Erwähnenswertes, findet sich alles unter → www.sg-zons.de → Leichtathletik

Leichtathletikabteilung



Kurz vor dem 3000m Start



„Jetzt wird sich gestärkt!“

Leichtathletikabteilung

Vereinsmeisterschaft 26.06.2010

Na, wer hätte das gedacht. Bei den Vereinsmeisterschaften 2009 hatten wir schon Traumwetter. (Natürlich nur wenn man(N)/Frau am Strand gelegen hätte) Dass sich das Wetter nochmals Toppen ließ, daran hätte keiner geglaubt. War aber so, 30 Grad im Schatten, kein Wind und ob dies noch nicht genug wäre, ein gut zwei Kilometer langer Anstieg. Und das zwei Mal. Aber wir haben es so gewollt. Gemeinsam fuhren wir nach Spich, wo der LT Spich zum 18. Spicher Volkslauf eingeladen hatte. (3 * Spich) Leider waren wir nur eine kleine Gruppe mit 9 Läufer/innen. (4 Frauen, 5 Männer) Irgendwie hatten alle an diesem Tag Termine (Abiturfeiern, Schützenfest in Dormagen und natürlich die Urlaubszeit etc.) oder Verletzungen. Aber dies hat der guten Stimmung (trotz Hitze) keinen Abbruch. Auch waren "unsere" Fans am Streckenrand zahlreich vertreten, welche uns prima angefeuert haben. Am Abend trafen wir uns dann zur Siegerehrung in Rheinfeld bei den Kirchners und ließen den Tag Revue passieren. Neben gutes Essen und Trinken (na, ja, Alt fehlte) gab es zum Schluss noch ein großes Feuerwerk. (Danke Rene) Ein Dank geht an unsere Laufwartin Michaela für die tolle Organisation der Vereinsmeisterschaft.

Ergebnisse:

Carola und Matthias souverän Vereinsmeister/in über 10km!

1. Platz	Carola Rentergent	45:52 Min.	03. W45
2. Platz	Michaela Kirchner	51:40 Min.	05. W40
3. Platz	Simone Spill	51:56 Min.	06. W40
4. Platz	Cordula Röhrig	59:04 Min.	08. W45
1. Platz	Matthias Haack	40:04 Min.	02. M45
2. Platz	Andreas Braun	45:31 Min.	09. M45
3. Platz	Klaus-Peter Hofstadt	45:36 Min.	09. M50
4. Platz	Herbert Scholz	55:04 Min.	03. MJB
5. Platz	Detlef Seidelmann	61:07 Min.	25. M45

Leichtathletikabteilung

Radtour der SG Zons Abt. LA

Frage: Was machen 18 fitte Freizeitradler in Bad Sassendorf?

Antwort: Sie heben den Altersdurchschnitt.

Dazu muss man natürlich wissen, dass Bad Sassendorf in NRW die Gemeinde mit dem höchsten Durchschnittsalter ihrer Einwohner ist. Aber Spaß beiseite, das war sicherlich nicht der Grund warum sich 18 Teilnehmer der Leichtathletikabteilung **(11.09.10)** nach Bad Sassendorf aufmachten. Es war das 5. Mal, dass sich Gleichgesinnte für ein Wochenende als halbwegs ambitionierte Radler zusammenfanden, um irgendwo in NRW jeweils zwei ca. 50 km lange vorbereitete Touren abzufahren. Bad Sassendorf mit seinem kleinen historischen Ortskern, vor allem aber mit seinem wunderschönen Kurpark, war ein idealer Ausgangspunkt. Vom mitten im Kurpark gelegenen Hotel ging es samstags nach der Anreise schon um 11 Uhr los zur ersten Etappe. Durch die landschaftlich reizvolle Soester Boerde, stark landwirtschaftlich geprägt, ging es vorbei an zahlreichen sehenswerten Fachwerkhöfen, beschaulichen Dörfern, kleinen Flüssen, sogar einem Wasserschloss auf einem abwechslungsreichen Rundkurs. Die Mittagspause verbrachten wir bei strahlendem Sonnenschein im Kurpark des im Bäderdreieck gelegenen Bad Waldliesborn. Während des kleinen Zwischenstopps zum Fotografieren oder zur Kalorienaufnahme wurden angeregte Gespräche geführt. Der Kilometerzähler blieb bei der Rückkehr am Hotel bei 64 km stehen, so dass sich alle abends ein Glas Sekt und ein erstklassiges Menü im Hof Hueck, einer gemütlichen Fachwerkscheune, verdient hatten. In gemütlicher Runde war der Abend im Nu vorbei. Vor dem Start zur zweiten Etappe nutzten einige Teilnehmer die Möglichkeit den Kurpark mit Saline und großen Volieren zu erkunden. Besonders beliebt war der Teil des Parks, in dem man entspannende World-Music aus diversen Lautsprechern in der Natur verteilt genießen kann. Die Sonntagstour führte (nun schon bei bewölktem Himmel) zunächst zum nahe gelegenen Soest. Dort bestand die Möglichkeit das historische Zentrum der Stadt zu „beschnuppern“. Mancher beschloss anschließend, auf jeden Fall später einmal hierhin zurück

Leichtathletikabteilung

zu kommen. Auf den Spuren Erik Zabels ging es weiter durch die Boerde nach Werl. Dort, am Wendepunkt, gab es die notwendige Mittagspause, ehe sich die Tour bei sich verschlechterndem Wetter dem Ende zuneigte. Manch einer musste schwitzend feststellen, dass die Gegend um Soest nicht so flach ist, wie man vermuten könnte. Kurz bevor sich die Himmelsschleusen öffneten waren die diesmal exakt 50 km geradelt. Beim anschließenden Kaffeetrinken störte das Plätschern des Regens nicht weiter. Mal sehen, wohin die 6. Auflage im kommenden Jahr führen wird.



Kurzer Zwischenstopp bei :



Leichtathletikabteilung

34. Nachtlauf (7 Meilen von Zons) und 14. Jedermannslauf (5000m) – 24.09.2010

Auch in diesem Jahr haben wir die 1000er Marke geschafft. Beim 34. Nachtlauf von Zons liefen über 1000 Läufer/innen ins Ziel ein. Aber auch beim 5km-Lauf (14. Jedermannlauf), konnten im Ziel knapp 200 Läufer/innen im Ziel begrüßt werden. So dass insgesamt 1204 Läufer/innen das Zonser Stadion erreichten. (Mit Vor –und Nachmeldungen haben sich über 1400 Läufer/innen angemeldet)

5km-Lauf (3,1 Meilen):

Pünktlich um 19:00 Uhr startete Herr Dr. Bister (Geschäftsführer der INEOS Köln, präsentierte den 5km-Lauf) Lauf.

Knapp 200 Läufer/innen starteten vom Sportplatz aus, wo sie über befestigte Feldwege, vorbei an der Zonser Heide wieder ins Zonser Stadion eintreffen. Anders als beim 7 Meilen-Lauf können hier auch Sportler/innen jünger als 14 Jahre starten. Der Lauf soll ein wirklicher Jedermannlauf sein, so dass es auch keine eigentliche Siegerehrung für die ersten Läufer/innen gibt. Aber unter allen ins Ziel kommenden Läufer/innen wurden insgesamt 60 Preise verlost, so dass der Charakter eines Jedermannlauf erhalten bleibt. In der Ergebnisliste wird natürlich nach Alterklasse gewertet.

Die ersten drei Läufer im Gesamteinlauf (5km):

Dee, Sascha	SFD 75 Düsseldorf	15:44 Min.
Hannisch, Carsten	Düsseldorf	17:59 Min.
Franz, Marten	FC Straberg	18:54 Min.

Die ersten drei Läuferinnen im Gesamteinlauf:

Wehr, Barbara-Isabell	Tectrion	19:36 Min.
Gernoth, Madita	Bayer Dormagen	21:15 Min.
Sangl, Nina	LG Hilden	21:18 Min.

Leichtathletikabteilung

7 Meilen-Lauf (11263m)

Beim 7 Meilenlauf (34. Nachtlauf von Zons) ertönte das Startsignal um 20:00 Uhr. Dort liefen weit über 1000 Läufer/innen über die Startlinie. Die Strecke führt über befestigte Feldwege und Straßen quer durch Zons. Um den Lauf ein bestimmtes Flair zu geben, wurde die Strecke auch diesmal mit über 200 Fackeln, 500 farbig - leuchtenden Teelichtern und vielen Scheinwerfer „erhellt“. An der Strecke selber waren hunderte Zuschauer, welche die Läufer/innen mit viel Applaus, Trommeln, Ratschen usw. anfeuerten. Bei der Kilometermarke 2 ertönten Sambaklänge, ebenso wie im Ziel. Alle Frauen bekamen im Ziel eine Rose überreicht. Aufgrund der elektronischen Zeitnahme (in der Startnummer ist ein Chip integriert) konnte die Siegerehrung direkt, nachdem alle Läufer/innen im Ziel waren, durchgeführt werden. Traditionell werden auch immer die Vereine mit den meisten Teilnehmer geehrt. Anschließend findet die Siegerehrung für die Läufer/innen statt. (In allen 28 Altersklassen (w/m) wurden die ersten drei Läufer/innen ausgezeichnet)

Die ersten drei Läufer im Gesamteinlauf:

Gossmann, Alexander	SFD 75 Düsseldorf	38:06 Min.
Heising, Carl Philip	Bayer Dormagen	38:53 Min.
Midaeldorf, Stefan	TSV Solingen	39:59 Min.

Die ersten drei Läuferinnen im Gesamteinlauf:

Maak, Petra	Bayer Dormagen	41:33 Min.
Müller, Angela	ASC Rosellen	44:34 Min.
Wehr, Barbara-Isabell	Tectrion	46:44 Min.

Die Veranstaltung klappte wieder ohne Probleme. Ein Dank geht an rund 170 Helfer/innen und an alle Sponsoren, ohne deren Unterstützung diese große Veranstaltung nicht über die (Sport)-Bühne gehen würde.

Viele weitere Infos zum Zonser Nachtlauf unter: www.sg-zons.de

Leichtathletikabteilung

Stellvertretend für all die vielen Helfer/innen, ein paar Fotos:



Leichtathletikabteilung

Die Leichtathletikabteilung bietet an:

Senioren sport ab 50 Jahre

Montag

Dreifachhalle* von 15.30 - 17.00 Uhr
50 Plus Männer und Frauen
Gymnastik und Spiel mit und ohne Kleingeräte

Mittwoch

Kraftraum* von 9.00 - 10.30Uhr
50 Plus Männer und Frauen
Wirbelsäulengymnastik

Donnerstag

Kraftraum* von 9.00 - 10.15 Uhr
65 Plus Männer und Frauen
Fit im Alter
Jede 2. Woche Stuhlgymnastik

Donnerstag

Kraftraum* von 10.30 - 12:00 Uhr
55 Plus
Gymnastik und mehr
Nur für Frauen

Leichtathletikabteilung

Donnerstag

Kraftraum* 14.30 - 16.00 Uhr
Bewegung und Spaß neu erleben
Für Männer und Frauen

* Die Dreifachhalle/Kraftraum befinden sich im Zonser Sportzentrum.
(Wilhelm-Busch-Straße)
Fragen? → 02133/928961 (ausgebildete Übungsleiterin mit
Zusatzqualifikationen)

Dies ist natürlich nur ein kleiner Auszug aus unserem Sportangebot.
Falls wir Ihr Interesse geweckt haben (was wir ja hoffen), dann
schauen Sie doch mal auf unserer Homepage (www.sg-zons.e)
vorbei. Sie finden alle Infos unter der Rubrik „Leichtathletik“.
Ein Probetraining ist jederzeit möglich.

WIR SUCHEN

Unsere Abteilung sucht immer Mitstreiter/innen, die die Abteilung
unterstützen möchten.

Sei es: Übungsleiter/innen, Gruppenhelfer „Kümmerner“ oder einfach
mal jemand, der einen die Arbeit ein wenig abnimmt. Unsere
Abteilung ist über 500 Mitglieder stark und das bedeutet eben auch
viel „Kümmern“. Im Moment suchen wir dringend eine/n

Pressewart/in

der/die uns bei der Arbeit unterstützt. Falls Interesse, bitte bei Klaus-
Peter Hofstadt melden. Telefon 02133/450180

Danke

P.S. und nicht den Geschichten glauben, dass man(n)/Frau
stundenlang im Monat vor dem Schreibtisch sitzt.....

Leichtathletikabteilung

Querbeet

Besuch des WDR in Köln

Am 09. August 2010 hatten wir, die PLUS 50 der Leichtathletikabteilung, die Möglichkeit, den WDR in Köln zu besuchen um uns mal einen Blick hinter den Kulissen zu verschaffen.

Mit 25 Personen waren wir vor Ort. Es war sehr interessant und informativ. Die Führung durch den „WDR“ dauerte rund 2 Stunden und war natürlich kostenlos. Unter anderem besuchten wir das Sportstudio und die Studioräume wo „Hart aber fair“ aufgezeichnet wird.

Die Tour ist absolut empfehlenswert und wurde durch Margot Koch (Seniorenwartin der LA) organisiert.

Webkalender

Die SG ZONS Homepage stellt auch eine Kalenderfunktion zur Verfügung. Dort können Termine ganz einfach eingetragen werden. Nach Freischaltung durch den Webmaster erscheinen dann die Termine.

Übrigens: es müssen nicht nur Sporttermine sein. Falls noch Fragen zum Webkalender: 02133/450180!

Zum vorherigen Termin Springe zu heute Zum nächsten Termin

Dezember '10					Januar '11					Februar '11										
M	D	M	D	F	S	S	M	D	M	D	F	S	S	M	D	M	D	F	S	S
		1	2	3	4	5					1	2		1	2	3	4	5	6	
6	7	8	9	10	11	12	3	4	5	6	7	8	9	7	8	9	10	11	12	13
13	14	15	16	17	18	19	10	11	12	13	14	15	16	14	15	16	17	18	19	20
20	21	22	23	24	25	26	17	18	19	20	21	22	23	21	22	23	24	25	26	27
27	28	29	30	31			24	25	26	27	28	29	30	28						
							31													

Termine am 1.12.2010

Leichtathletikabteilung

Gemeinsamer Erfolg beim 5.ten Kappes Walk in Pulheim (03. Oktober)

Auch in diesem Jahr gingen SG ZONS Walker & Nordic Walker beim 5.ten Kappeswalk in Pulheim am 03.Oktober 2010 an den Start. Für die Strecken 6 km, 10 km und 15 km konnten sich die Teilnehmer anmelden. Bei idealem Wetter sind alle Teilnehmer wie immer bei guter Laune und motiviert auf ihre Strecken gegangen und haben mit sehr guten sowie persönlichen Bestzeiten das Ziel erreicht. Alle waren sich einig, dass der Streckenverlauf sehr gut ausgeschildert und angenehm zum Walken war, dass wie immer genügend Getränke gereicht wurden, sowie mit freundlichen Streckenposten begleitet wurde. Auch für das leibliche Wohl wurde gut gesorgt. Besonders freute man sich über den Erdinger Weissbierstand; natürlich alkoholfrei! Zum Abschluss der Veranstaltung fand im Rahmen des Programms eine Tanzshow sowie eine Tombola statt, bei der schöne Preise auch an unsere Mitglieder überreicht wurden. Höhepunkt bei dieser Veranstaltung in diesem Jahr war für die Teilnehmer der SG ZONS, dass wir mit einem Pokal geehrt worden sind, da wir einer mit der größten teilnehmenden Gruppe gemeldet waren. Fazit: Eine schöne erfolgreiche Veranstaltung. Im nächsten Jahr sind wir wieder dabei!

Mit dabei waren:

6 km Nordic Walking: Zeit:

Maria Heiligers	00:51:50 Min.
Sylvia Melsheimer	00:53:05 Min.
Adi Neumann	00:55:57 Min.
Peter Wiemer	00:45:17 Min. 1.ter auf dieser Strecke
Hilde Düring	00:51:50 Min.

10 km Walking:

Sylvia Nowak	01:22:22 Std.
Barbara Seidel	01:24:44 Std.

15 km Walking:

Edith Littwinski	01:55:37 Std.
Ute Heß	01:46:18 Std.

Leichtathletikabteilung



Unser "Pokal"



Unser „Team“.

Leichtathletikabteilung

Wissenswertes oder wie man die Kassenwarte und Abteilungsleiter zur Verzweiflung bringen kann und es auch schafft!

Liebe Mitglieder,

anbei eine Info, welche auch auf unser Homepage unter – Mitgliederinfo- zu finden ist.

Unser Verein finanziert sich fast ausschließlich von den Mitgliedsbeiträgen. Deshalb achten Sie bitte darauf, dass die Kontoangaben korrekt sind, dass die Adresse vollständig ist und wenn es doch mal Probleme mit dem Einzug geben sollte, dann melden Sie sich bitte. Eine Rückbelastung durch die Bank oder Sparkasse kostet eine ganze Menge Geld, welches nachher für wichtige Aufgaben fehlen kann. Auch ist das "Erinnern" mit viel Arbeit verbunden und wir möchten viele lieber die Arbeit unseren Mitgliedern widmen.

Soweit alles eigentlich klar, oder? Klingt ganz logisch, ist ja wie im richtigen Leben. (Obwohl der Verein ja auch richtiges Leben ist) Aber, es scheint doch nicht alles so klar zu sein. Denn immer am Anfang des 1. oder 2. Halbjahres findet der Einzug der Mitgliedsbeiträge statt. Für gut 97% aller Mitglieder ein ganz verständlicher Vorgang, denn wer Leistung bezieht, muss auch die Leistung bezahlen.

(Und die Mitgliedsbeiträge sind ja recht human) Aber was ist mit den restlichen 3%? Da scheint es zu hapern! Woran liegt es?

Anbei ein paar Beispiele: (kann passieren, lässt sich schnell regeln)

Flasche Kontonummer angegeben (z.B. Zahlendreher)
Bank gewechselt, Änderungsmitteilung vergessen,
Konto nicht gedeckt, (dann aber schnell die Beiträge plus Rücklastschrift überweisen)

Leichtathletikabteilung

Überhaupt nicht klasse sind folgende Fälle (und das sind keine Einzelfälle):

Geld wurde vom Verein abgebucht, aber vom Mitglied zurückgeholt, mit der Begründung es wurde doch gekündigt. Stimmt oft sogar, aber erst vor wenigen Tagen, ohne Einhaltung einer Kündigungsfrist, oft 2 Tage vor dem Einzug.

Ups, das geht gar nicht.

Konto nicht gedeckt, aber trotz Mitteilung der Bank, einfach nicht überweisen.

Ups, das geht gar nicht.

Trotz Erinnerung, telefonisch oder schriftlich, nicht überweisen! Frei nach der Devise: die geben schon Ruhe!

Ups, das geht gar nicht.

Keine Einzugsermächtigung erteilt, weil man überweisen möchte, und trotzdem nicht überweist, frei nach dem Motto: die merken das gar nicht. **Ups, das geht gar nicht.**

Dann gibt es noch die Ausreden: habe gekündigt, bin überhaupt kein Mitglied, mache ja keinen Sport mehr, dann muss ich auch nicht bezahlen, usw. **Ups, das geht gar nicht.**

Gott sei Dank sind dies **nur Einzelfälle**, aber am Beispiel der Leichtathletikabteilung waren das im 1. und 2 HJ 2010 insgesamt 30 Fälle mit insgesamt 757,20€ offenen Beiträge. Das kostet nicht nur das Geld aller Mitglieder, sondern auch stundenlange Arbeit!

Leichtathletikabteilung

Ein Beispiel der Kostenstruktur in der Leichtathletikabteilung:

Kinderbeitrag: 2,80 € pro Monat
Jugendbeitrag: 3,20 € pro Monat
Erwachsenendenbeitrag: 5,00 € pro Monat
(falls 3 Familienangehörige im Verein -20%)

Laufende Kosten pro Mitglied im Monat (Durchschnitt)

1,15€ → Gesamtverein

0,30€ → Verbandsabgaben

2,00€ → Übungsleiterbezahlung, Übungsleiterweiterbildung

3,45€ → Das ist noch nicht alles!

Hinzu kommen Zuschüsse für Weihnachtsfeiern, Ausflüge, Krankenbesuche, neue Sportgeräte, Reparaturen und noch eine ganz Menge Kosten mehr.

Ich denke, dass zeigt einmal mehr, wie wichtig die pünktliche Beitragszahlung aller Mitglieder ist. Und unser Verwaltungsaufwand im Verein ist extrem gering, denn alle gewählten „Vorständler“ arbeiten (oft viele Stunden) ehrenamtlich, d.h. ohne Entlohnung!

Ich hoffe, dass unser nächster Beitragseinzug Anfang Januar 2011 besser funktioniert.

In diesem Sinne

Klaus-Peter Hofstadt

Leichtathletikabteilung

Fit durch den Winter

Jetzt ist es Zeit, sich auf den Winter vorzubereiten.

Eines Vorweg: Laufen ist eine Ganzjahressportart, was heißen soll, das man auch im tiefsten Winter problemlos laufen kann.

Und manchem fällt das Lauftraining im Spätherbst und Winter viel leichter als im Frühling und Sommer, denn kein lästiger Pollenflug, keine hinderlichen Hochtemperaturen behindern die Leistungsfähigkeit. Nachweislich ist der Körper bei fünf Grad leistungsfähiger als bei 35 Grad, und ein Gesundheitsrisiko besteht selbst bei Minustemperaturen nicht, außer das Thermometer fällt unter minus 15 Grad.

Der Trainingswinter teilt sich - egal ob Laufanfänger oder ambitionierter Läufer - in zwei Perioden:

"Regenerationsphase" und "Wintertrainingsphase".

Wodurch unterscheiden sich diese Trainingsphasen?

Durch die Trainingsumfänge, das heißt, wie viele Kilometer pro Tag, pro Woche gelaufen werden, und durch die Intensitäten, also das Lauftempo.

Regenerationsphase - darauf kommt es an:

Zeitraum: ca. 4 Wochen (ab Dezember)

Inhalt: Reduzierter Laufumfang (ca. 30 % des normalen Umfangs / Puls nicht höher 140 Schläge/min.), keinerlei Intensitäten, Wechsel zu alternativen Sportarten (Rad, Schwimmen, etc.).

Training: zusätzlich zum Mittwochlauftreff / 1 - 3 ruhige Dauerläufe (30 - 50 Min.)

Ziel: Dem Körper Zeit geben, um wieder zu Kräften zu kommen.

Leichtathletikabteilung

Wintertrainingsphase - darauf kommt es an:

Zeitraum: ca. 4 - 6 Wochen (ab Januar)

Inhalt: Ausdauertraining (Puls nicht höher 155 Schläge/Min.)

Beim Wintertraining kommt man nicht außer Atem, die Muskulatur wird kaum müde. Das dominierende Merkmal im Wintertraining ist, auf eine neue Laufsaison hinzuarbeiten.

Training: zusätzlich zum Mittwochlauftreff / 3 - 4 ruhige Dauerläufe (40 - 70 Min.)

Ziel: Den Sauerstofftransport im Körper verbessern.

Mit sportlichen Grüßen

Euer Benno

Anmerkung der Redaktion:

Benno Ciaglia leitet die „schnellste“ Laufgruppe und ist ausgebildeter Lauf - und Walkinginstruktor!

Info zum Lauf- und Walkingtreff

In den Wintermonaten treffen wir uns jeden Mittwoch um kurz vor 18:00 Uhr am Zonser Sportplatz. Wenn es die Laufbahn zulässt, laufen und walken wir auch auf der Bahn. Ansonsten „geht“ es raus. Im Moment sind wir 7 Laufgruppen und mehrere Walkinggruppen. Falls Lust besteht, einfach mal vorbeischaun. Leider können im Laufbereich im Moment keine reinen Anfänger aufgenommen werden. Ganz wichtig: reflektierende Kleidung tragen. Info unter Telefon 02133/450180.



Leichtathletikabteilung

Helferfete 2010

Am 06.11.2010 fand wieder unser DANKE-SCHÖN-NACHMITTAG im Vereinshaus der SG ZONS statt. Dies ist ein Nachmittag, wo sich bei den vielen Helfer/innen für ihr helfen beim Staffelmарathon oder Nachtlauf bedankt wird. Natürlich geht es auch darum, sich mal kennenzulernen oder einfach mal ein wenig zu klönen.



Leichtathletikabteilung

Termine der 50 PLUS Gruppe - 1. HJ 2011

10. Januar	1. Trainingstag	
03. März	Weiberfastnacht	kein Training
07. März	Rosenmontag	kein Training
11. März	Fischessen Anmeldung bis zum 02. März 2011	kein Training
29. März	Fahrt zum Landtag Anmeldung bis zum 11. März 2011	
	18. April bis 30. April Osterferien	
? Mai	Wanderfahrt in Planung	
23. Mai	kein Training	
02. Juni	Christi Himmelfahrt	kein Training
13. Juni	Pfingstmontag	kein Training
23. Juni	Fronleichnam	kein Training
18. Juli	Schützenfest	kein Training
21. Juli	Donnerstag Abschlusstraining für alle Gruppen Um 15:00 Uhr treffen wir uns am Sportzentrum ÜBERRASCHUNG!!	
	25. Juli bis 06. September Sommerferien	

Diese Liste ist unverbindlich. Ein Abweichen der Termine ist schon mal möglich. Zettel für einzelne Veranstaltungen werden während der Trainingszeit verteilt oder können telefonisch (928961) erfragt werden.

Leichtathletikabteilung

Auch im Jahr 2010 fand durch die Leichtathletikabteilung die Abnahme des Sportabzeichens statt. Unter Federführung von Hilde Düring plus Unterstützung Dritter, wurde an insgesamt 3 Nachmittagen die Prüfungen abgelegt. Am 16. September war dann die feierliche Übergabe in der Zonser Sporthalle.

Allen herzlichen Glückwunsch!



Die Prüfungen haben bestanden:

Schnitzler, Wilfried - Walenczak, Sandro - Schöpe, Niklas
Weber, Jan - Ruhm, Felix - Ruhm, Tobias - Lenz, Lasse
Schmitz, Niklas - Weber, Laurenz - Schauer, Ursula
Niehues, Karin - Willms, Ute - Bauers, Ulrike
Mohr-Schmidt, Michaela - Weber, Sabine - Ruhm, Susanne
Konrad, Ute - Weber, Maren Nagel, Jenny - Stump, Laura
Stübner, Svenja - Guttmann, Jette - Anstoos, Leonie
Krings, Pia - Nagel, Laura - Konrad, Liv-Angret

ARS GmbH

Geschäftsführer: Roger Schemmel



RIESIG!

**Qualität und
bester Reifen-Service
für Ihre Sicherheit!**

**Unser Sortiment an
Markenreifen für Ihr Fahrzeug!**

Aus Freude am Service!

Reifen Schemmel GmbH

Telefon 0 21 33 - 27 05 50 · Fax 27 05 55

Düsseldorfer Straße 95 · 41541 Dormagen

⌚ Mo.-Fr. 8.30 bis 12.30 Uhr und 13.30 bis 18.00 Uhr, Sa. 8.30 bis 12.00 Uhr

MLX
Reifen, Räder und mehr

Leichtathletikabteilung

EIN TRAUM WIRD WAHR ING New York City Marathon 2010 07. November 2010

Es ist fast noch Nacht, halb sechs in der Früh. Ein Reisebus wartet vor unserem Hotel und bringt uns an den Südzipfel Manhattans nach Staten Island. In unzähligen Bussen wurde die Läufer­schar in den Startbereich am "Fort Wandsworth" gekarrt. Um die Menschenmassen in den Griff zu bekommen, mussten sich die Teilnehmer gemäß ihrer Startnummernfarbe in drei Startdörfer aufteilen. Einige wenige schafften es hier unter die aufgestellten Zeldächer, der Rest war der eisigen Kälte (2C°) ausgeliefert. Pappe und Plastiksäcke als isolierende Liegeunterlage halfen einwenig.

Denn nun hieß es Warten. 3 1/2 Stunden lang. Diverse Sponsoren versorgten uns mit heißem Kaffee und Tee, Säften Wasser und Bagels. 90 Minuten vor dem Start musste der Kleiderbeutel abgegeben werden, sortiert nach Startnummern. Die 70 UPS Trucks werden sie im Anschluss in den Central Park fahren. Da auf die Tüte ziemlich frühzeitig verzichtet werden musste und das kalte Novemberwetter sehr unangenehm war, hatten alle Teilnehmer alte warme Kleidung dabei. Diese wurden kurz vor dem Start vom Veranstalter, dem New York Road Runners Club eingesammelt und für wohltätige Zwecke gespendet. Man kann es eigentlich nicht glauben, dass es bei einer Teilnehmerzahl von ca.43000 Läufern keinerlei Chaos am Start gibt.

Alle Läufer werden in 3 Startwellen (WAVES) eingeteilt.

Diese sind nochmals in Startblöcken (Corrals) unterteilt.

In diesen Blöcken befinden sich jeweils 1000 Teilnehmer.

Man muss sich frühzeitig in seinem Block einfinden, aber erst wenn der Corral aufgerufen wurde.

Inzwischen strahlte die Sonne am wolkenlosen hellblauen Himmel uns entgegen.

Nun ging es los. Es dauerte nur einige Minuten, bis wir die Startlinie überqueren konnten. Aus vielen Lautsprechern ertönte laut das Lied "New York, New York" von Frank Sinatra.

--- Gänsehaut pur ---

Leichtathletikabteilung

Es ging gleich steil bergan, die Verrazzano-Narrows Brücke hinauf (1,6km). Wir hatten das Glück auf dem Obergeschoss der Brücke laufen zu dürfen. Die Brücke verbindet die Staten Island mit Brooklyn, wo fast die Hälfte des Rennens über die Bühne geht. Fünf Meilen, das sind fast 20 Prozent des Marathons, führen über diese schnurgerade, sechs Fahrspuren breite Avenue durch Brooklyn hindurch. Gut, dass an fast jeder Straßenecke Bands spielen und viele auch nicht schlecht. Menschenmassen jubeln uns zu. Weiter geht es über die Pulaski Bridge. Sie verbindet Greenpoint (Brooklyn) und Long Island City (Queens). Die Strecke führt nur ein paar Meilen durch den Stadtteil Queens aber die "Fanmeile" ist riesig. Schon nach kurzer Zeit geht es jedoch auf die beeindruckende Queensboro Brücke hinauf, die den East River nach Manhattan hin überspannt.

Ich genieße die tolle Aussicht.

Nach dieser Brücke hat Haile Gebrselassie aufgegeben.

Ich nicht!!!

Wir biegen auf Manhattans First Avenue ein. Dreieinhalb Meilen geht es nun schnurgerade an grandiosen Dreifach-Spalieren vorbei nach Norden. Eine irre Stimmung.

Über die Willis Ave Bridge, einer der ältesten Straßenbrücken New Yorks, geht es weiter in die Bronx. In einem langen Bogen läuft man direkt wieder nach Manhattan, über die Madison Ave. Bridge, zurück. Drei fast gerade Meilen die Fifth Avenue nach Süden.

Kurz vor Meile 24 schwenkt der Kurs auf eine breite Asphaltstraße im Central Park ein. Der rechteckige 340 Hektar große Landschaftspark ist an Vielfalt kaum zu überbieten. Hier lohnt sich in jedem Fall eine gesonderte läuferische Entdeckungstour.

Die Tribünen kommen in Sicht, schließlich die Zielkanäle.

Geschafft (Meile 26,2 → 42,2 km)

Leichtathletikabteilung

Es gibt eine Medaille, Wärmefolie und ein "Lunchpaket" mit Wasser, Gatorade, Chips und einem PowerBar. Überall freundliche Helfer, die uns enthusiastisch beglückwünschen. Soviel Herzlichkeit und Anerkennung hatte ich in einem Marathonziel noch nie erfahren. Alle Finisher werden einen Parkweg entlang geschickt, der zur Servicegasse umfunktioniert wurde. Alle 30 m steht einer der UPS-Trucks mit unseren Kleiderbeuteln. Jeder Truck ist für einen kompletten Tausender-Startnummernblock zuständig.

Einmal muss wohl jeder nach New York. Denn der Lauf durch den Großen Apfel ist Kult.

Da wir als 18755. bzw. 18750 und mit einer Zielzeit von 4:11:35 Stunden über die Ziellinie kamen, war uns auch ein Eintrag in der großen amerikanischen Zeitung 'The NEW YORK TIMES' sicher.

Simone



SICHERHEIT ALTERSVORSORGE VERMÖGEN



Jetzt Mission starten unter
www.sparkasse-neuss.de

MISSION FINANZ-CHECK

Im Auftrag Ihrer Finanzen:
das Sparkassen-Finanzkonzept.

Jetzt Termin vereinbaren.

 Sparkasse
Neuss

Unser Auftrag: Ihre Finanzen. Unser Service: umfassende Beratung, wann und wo Sie wollen. Mit dem Finanz-Check analysieren wir gemeinsam Ihre Situation und erstellen mit dem Sparkassen-Finanzkonzept eine sichere Rundumstrategie für Ihre Zukunft. Mehr dazu in Ihrer Filiale oder unter www.sparkasse-neuss.de. **Wenn's um Geld geht – Sparkasse.**

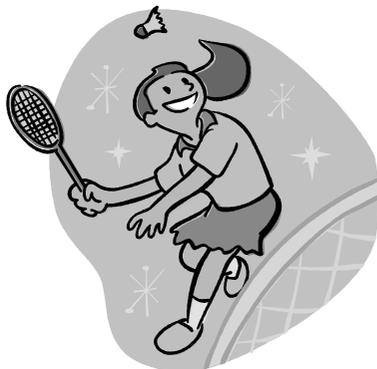
Badmintonabteilung



Mal angemerkt

Anfänglich sollten es nur wenige Monate sein, in denen wir auf Hallenzeiten verzichten sollten. Nun sind wir bereits 3. Jahr mit verkürzten bzw. eingeschränkten Hallenzeiten. Für eine Abteilung, die ausschließlich auf eine Halle angewiesen ist, ist diese Tatsache nicht erfreulich. Wie soll man den Mitgliedern gerecht werden, ihnen anteilmäßig genügend Trainingszeiten zur Verfügung zu stellen. Manche Mitglieder, die Familie haben und dadurch zeitlich eingeschränkt sind, ist diese Einschränkung mit dem Verzicht auf das gewohnte Training verbunden. Die Folge sind Beschwerden beim Vorstand, bis zur Abmeldung. Immer wieder mussten wir die Mitglieder trösten. Die Bitte trotz der unbefriedigenden Situation der Abteilung treu zu bleiben wurde häufig geäußert. Die am Jahresende erstellten Statistiken sprechen eine eindeutige Sprache, Mitgliederschwund. Eine kleine Abteilung wie Badminton schmerzt das sehr. In dieser schwierigen Zeit Aktionen zu starten ist illusorisch. Was können wir diesen Interessierten bieten? Wir hoffen, dass wir in wenigen Wochen in 2011 zum normalen Trainingsalltag zurück finden. Dann heißt es Aktionen fahren um langsam wieder steigende Mitgliederzahlen zu erreichen. Wir werden mindestens die gleiche Zeit für die Gewinnung neuer Mitglieder brauchen, wie die Zeit der Einschränkung. Wir werden tatkräftig werben um am Ende 2011 eine Wende zu sehen. Vielleicht gibt es den einen oder anderen Leser unseres Sportverzeichnisses, der gerne einmal unverbindlich Badminton spielen möchte. Nur Mut schaut einmal vorbei, Die Situation im Nachwuchsbereich zeigt sich auch schwierig, da die Unterrichtszeit sich weit in die Nachmittagsstunden ziehen und die Belastung der Schüler mit den Klausuren, sich in der Trainingsbeteiligung niederschlägt. Ein kontinuierlicher Trainingsaufbau ist kaum möglich. Trotzdem versucht das Trainerteam die Mannschaften optimal auf die Anforderungen der Meisterschaftsspiele vorzubereiten und zu begleiten. Die U15 steht ungeschlagen an zweiter Stelle ihrer Gruppe. Die Senioren sind zurzeit Tabellenführer, mit berechtigter Hoffnung um den Aufstieg mitzuspielen. Diese Form haben sie sich zum Teil in Sportzentren geholt. Wo erfolgreich trainiert wird, kommen auch Menschen zum Training ,(wenn die Zeiten stimmen)

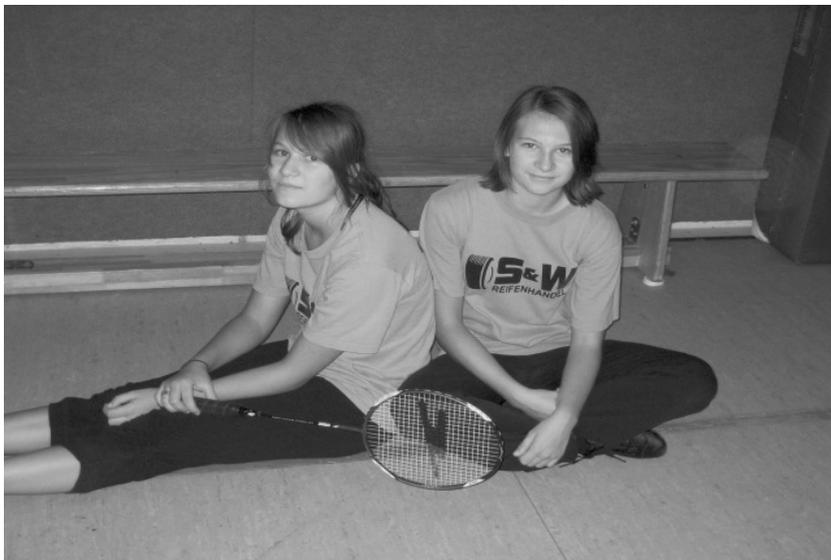
Badmintonabteilung



Erfolg bei den Grevenbroicher Stadtmeisterschaften

Zwei Jugendliche unserer Jugendabteilung nahmen dieses Jahr an den Grevenbroicher Stadtmeisterschaften teil. Die Zwillinge Jessica und Patricia Boglowska fuhren nach Grevenbroich und vertraten dort in der Altersklasse U 15 die SG Zons. Zusammen im Mädchen-Doppel und im Einzel zeigten sie schon in der Vorrunde, dass sie kämpferisch agierten und besiegten durch viel Einsatz und spielerisches Können ihre Gegner. Im Doppel fuhren die beiden nach einem spannenden Finalspiel den Sieg ein und sicherten sich den Titel Grevenbroicher Stadtmeister im Doppel. Damit machten sie es den Seniorinnen der SG nach, die auch in diesem Jahr den Doppeltitel hier gewannen. Bei diesem Erfolg sollte es nicht bleiben, Die beiden kämpften sich auch im Einzel bis ins Finale durch, wo sich dann im Endspiel die Geschwister gegenüber standen. Das Wissen um die Stärken der Schwester zeige sich in einem spannenden Finale. Beide kämpften um jeden Punkt, um dieses Spiel um Platz 1 und 2 zu gewinnen, so gewann Patricia den ersten Satz mit 21:16, musste aber den 2 Satz mit 21:18 Jessica überlassen. Jetzt musste der 3 Satz die Entscheidung bringen. Die bessere Tagesform entschied das Spiel zu Gunsten von Patricia mit 21:15. Für die tolle sportliche Leistung und Anstrengung erhielten die beiden neben Urkunden auch noch einen Pokal zur Erinnerung.

Badmintonabteilung

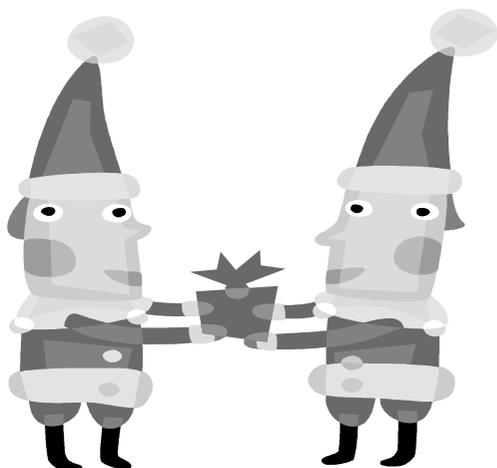


Von links: Jessica + Patricia Boglowska,



Michel, Katharina, Patricia, Jessica der U15, zur Mannschaft gehören noch Jan, Markus und Philipp

Nikolausfeier



Manch einer stellt sich die Frage, ob eine Nikolausfeier noch zeitgemäß ist und ob diese bei den Kindern, Jugendlichen und Senioren gleich gut ankommt. Wir gestalten unsere Feier schon viele Jahre im Rahmen eines geselligen Badmintonturniers, mit der Zielsetzung der Unterhaltung und Geselligkeit, mit einem Hauch von Weihnachten .Bei diesem internen Turnier, an dem Jung und Alt zusammen spielen, steht die Geselligkeit im Vordergrund. Die Paarungen werden gelost und so kann es vorkommen, dass ein Schüler mit einem Spieler aus der ersten Mannschaft gegen eine andere beliebige Paarung zu spielen hat. Der sportliche Erfolg steht hinten an, zumal nach einem zeitlich begrenzten Spiel, das Glück über die Punkte entscheidet. Am Ende jeder Runde wird gelost wer die erspielten Punkte erhält. Zwischen den Spielen gibt es Glühwein, Punsch, Softdrinks, Weihnachtsgebäck, Lebkuchen, Nüsse, Schokolade, Salat und andere Leckereien. Die Mischung aus Sport, Unterhaltung, Geselligkeit gepaart mit weihnachtlichen Düften, vermittelt das Gefühl von Harmonie und freundschaftlichem Miteinander über die Generationen hinweg.

Am Ende hat nicht immer der beste Spieler gewonnen, sondern der Spieler mit dem meisten Glück. Den obligatorischen Weckmann in Form eines Federballes gibt es als Wegzehrung für den Heimweg. Denn der Nikolaus soll auch bei uns in guter Erinnerung bleiben.

Badmintonabteilung



SG ZONS



auch in diesem Jahr beteiligt sich die Badmintonabteilung erneut an der Aktion :**Deutschland bewegt sich**, im Badminton Monat November. In erster Linie soll der gesundheitliche Aspekt erwähnt werden, den man durch diese faszinierende Sportart mit ihrer Bewegungsvielfalt erfahren kann. An diesem Aktionstag spielen Alt und Jung, Groß und Klein, mit und gegeneinander. Der Spaß ist das Wichtigste an diesem Tag. Kleine Turniere, Animationen und ein Geschicklichkeitsparcours bringen unsere Gäste in Schwung. Es gibt nur Gewinner, die sich bei einem netten Gespräch, in der Cafeteria , bei Speisen und Getränken, von den Anstrengungen erholen können. Wir würden uns freuen, wenn nach der Aktion, wir das eine oder andere Gesicht beim Training wieder sehen würden. Badminton macht und hält fit

Badmintonabteilung

Mit Badminton fit bleiben



Weitere Infos:

F + S Passmann
Maria Frenzel
Mike Werner

Telefon: 02133/81285
Handy: 015772546109
Telefon: 02133/400343

Trainingszeiten:

Vorübergehend

Montag	18:30 – 20:00 Uhr	Schüler, Jugendtraining
	20:00 - 22:00 Uhr	Senioren, Mannschaft
Mittwoch	18:00 - 19:30 Uhr	Schüler, Jugendtraining
	18:45 - 20:15 Uhr	Senioren, Mannschaft

Schnupperkurs, Anfänger und Einzeltraining nach Vereinbarung

Spielergebnisse und Termine der Abteilung www.sg-zons-badminton.de

Wir sind da!

Ortsverein Zons:

Nils Szuka
Museumstraße 5
Stadt Zons
02133/259759

Ratsmitglied für Zons:

Christian Thiel-Briesen
Grüner Weg 4
Stadt Zons
02133/44233

Kreistagsmitglied für Zons:

Lisa Krumbein
Grüner Weg 16
Stadt Zons
02133/42274

www.spd-zons.de



Tennisabteilung

Saisonrückblick Junioren (M14/12)

Auf eine erfolgreiche Saison in der Kreisklasse B (Gruppe I) kann unsere Jugendmannschaft der Altersklasse Juno M 14/12 zurückblicken. Auch in der letzten Partie gegen die Spielgemeinschaft Wevelinghoven/Hoeningen blieb das Team ungeschlagen.

Nach zwei 3:3-Unentschieden zum Auftakt der Saison beim TC Reuschenberg II sowie zu Hause gegen BW Bedburdyck-Gierath folgten vier Siege hintereinander. Gegen die Vertretungen der SG Kaarst II (4:2), den Glehner TC II (5:1), den TC Rommerskirchen (5:1) sowie die SpG. Wevelinghoven/Hoeningen II (4:2) führten unsere Junioren bereits nach den Einzeln jeweils mit 3:1 und legten damit den Grundstein zum jeweiligen Sieg.

SG ZONS auf Tabellenplatz 1

Die vier Siege und zwei Unentschieden bedeuten in der Endabrechnung der Tabelle Platz 1 mit 10:2 Punkten und 24:12 Matchpunkten. Den zweiten Rang belegt die SpG.

Wevelinghoven/Hoeningen II. Da es in der Kreisklasse B keinen Aufsteiger gibt, die einzelnen Mannschaften aber vor der jeweiligen Saison entweder in der Kreisklasse A oder in der Kreisklasse B gemeldet werden können, liegt es nahe, die Mannschaft nächste Saison eine Liga höher zu melden. Da keiner der Spieler im nächsten Jahr vom Alter her die Mannschaft verlassen muss, besteht durchaus die Möglichkeit, auch in der Kreisklasse A zu bestehen. Ferner befinden sich darüber hinaus weitere talentierte Spieler im Training bzw. beim Tennistreff, die ebenfalls das Potenzial haben, in dieser oder einer anderen Zonser Mannschaft zu spielen.

Tennisabteilung

Dank an alle Sponsoren und Helfer

Neben den Spielern hat auch das Team hinter dem Team glänzende Arbeit geleistet. Dank Herrn Paulsburg konnten die Jungs in einheitlichen Trikots des Sponsors *B&W Energy* auflaufen. Die Anschaffung der Trikots organisierte das Ring-Kaufhaus in Dormagen in Person von Herrn Herborn. Weiterhin stellte uns unser Vereinsmitglied Udo Reimering, ebenfalls vom Ring-Kaufhaus, die Bälle für die drei Heimspiele zur Verfügung.

Allen Sponsoren, Helfern, Eltern, Angehörigen, Köchinnen und vor Ort Anwesenden sei an dieser Stelle noch einmal recht herzlich für ihren vorbildlichen Einsatz gedankt. VIELEN DANK!

Landgasthof

Zum Feldtor

Ihre gute Stube in Zons

*Wir wünschen Ihnen und Ihren Familien eine besinnliche
Adventszeit und ein gesundes und glückliches 2011!!
Vom 10.01.2011-02.02.2011 Betriebsferien*



*Schloßstrasse 40 41541 Stadt Zons
Tel. 02133-24590 E-Mail: feldtor@t-online.de*

Tennisabteilung

Die Clubmeisterschaft ist entschieden

Vom 28. August bis 26. September 2010 fanden auf der Tennisanlage der SG ZONS die alljährlichen Clubmeisterschaften statt. In vielen spannenden Spielen wurden die Sieger in sechs Konkurrenzen ermittelt.



Nathalie Esser, Tobias Esser und Jan Hülsmann bei den Jugendlichen siegreich

Die Juniorinnen-Konkurrenz wurde in Form von Gruppenspielen ausgetragen. Es siegte Nathalie Esser vor Daniela Rudnik und Jaqueline Döring. Das Endspiel in der Junioren-Konkurrenz gewann Tobias Esser gegen Christoph Möller. Den dritten Platz sicherte sich Sebastian Schwarz mit einem Sieg gegen Philipp Winsler. Im Halbfinale des neu geschaffenen Junioren-Supercup standen sich zeitgleich zwei weitere Junioren gegenüber, die nicht an den Clubmeisterschaften teilnehmen konnten, weil sie den Verein bei den Kreismeisterschaften vertreten hatten. Hier setzte sich Jan Hülsmann gegen Florian Schildt durch und gewann auch das abschließende Supercup-Finale gegen den Clubmeister

Tennisabteilung

Tobias Esser.



Wiederholungserfolge im Herren-Einzel

In den Einzelkonkurrenzen der Herren siegten wie im Vorjahr Johannes Hoffmann und Friedhelm Fornol. Hoffmann konnte sich im Finale der Herren 30 gegen Stefan Testrut behaupten. Den dritten Platz in dieser Konkurrenz belegte Martin Endres. Im Endspiel der Herren 40/50 war Friedhelm Fornol gegen Oliver Wegmann erfolgreich, der zuvor im Halbfinale den Drittplatzierten Thomas Krumm ausschaltete.



Tennisabteilung

Keine Überraschung im Doppel und Mixed

Die Herren-Doppel-Konkurrenz war bereits vor dem Endspiel-Sonntag entschieden. Erwartungsgemäß sicherten sich Stefan Röhrich und Friedhelm Fornol ungeschlagen den Titel des Clubmeisters. Platz zwei ging an das Doppel Rolf Ladermann und Klaus Priebe vor den Drittplatzierten Werner Kock und Peter Wißdorf. Im Mixed konnten sich im Finale Karin Seifen und Stefan Testrut gegen Petra und Thomas Krumm durchsetzen. Den dritten Platz belegten Birgid Fanslau und Michel Hermanns.



Tennisabteilung

Sommer-Camp für den Tennish Nachwuchs



In der letzten Woche der Sommerferien vom 23.-26. August 2010 nahmen neun Kinder und Jugendliche am Tenniscamp der SG ZONS teil. Trotz wechselhaften Wetters gab es dank der erstklassigen Plätze durchgehend Spielspaß und gute Trainingsbedingungen.

Das Zonser Trainerteam um Kai Ludwigs, der Büttgener Tenniscoach Felix Wilinga sowie Handball-Bundesligaspieler Christoph Gelbke boten den Teilnehmern ein anspruchsvolles und zugleich abwechslungsreiches Trainingsprogramm, bei dem die Freude am Spiel im Vordergrund stand.

Zur Verpflegung der fleißigen Nachwuchssportler war durchgehend ein kleines Buffet mit Obst und Getränken aufgebaut.

Den Abschluß der ereignisreichen Camp-Woche bildeten eine Nachtwanderung durch die Zonser Heide und eine gemeinsame Übernachtung im Clubhaus.

Tennisabteilung



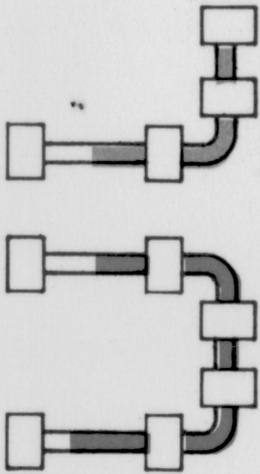
Tennisabteilung

Partyfieber im Vereinsheim

Mit einer rauschenden Party unter dem Motto "A Tribute to the 60's and 70's" feierte die Tennisabteilung der SG ZONS am Samstag, den 2. Oktober, das nahende Ende der Freiluftsaison 2010

Rund 40 Feierbegeisterte - teils in motto-gerechter Kostümierung - fanden sich im Vereinsheim ein, um gemeinsam in Erinnerungen an die wilden Flower-Power-Jahre zu schwelgen. Das kulinarische Angebot mit Leckereien wie Waldorfsalat, Fliegenpilzen, Mett- und Käseigel sowie Kullerpfirsich-Bowle erinnerte ebenso an vergangene Tage wie die Musikauswahl. Entsprechend war auch die Tanzfläche bis in die frühen Morgenstunden stets voll belegt.





UWE LENDEN

UFERSTRASSE 10

41541 DORMAGEN

TELEFON (02133) 219296

TELEFAX (02133) 219297

MEISTERBETRIEB

www. Uwe - Lenden. de

SANITÄR-HEIZUNG · ÖL- UND GASFEUERUNGEN · SOLAR

Rohrreinigung · Kundendienst

Turnabteilung

Ausflug der Damen aus der Montagsgruppe

Am Dienstag, 31. August 2010 war es wieder soweit, 14 Damen der Montags-Gymnastikgruppe trafen sich gutgelaunt auf dem Bahnhof in Dormagen zu ihrem traditionellen Jahres – Ausflug. Bärbel hatte sich als Ziel die Stadt Brühl vorgenommen und innerhalb einer $\frac{3}{4}$ Stunde hat uns die DB auch an unser Ziel gebracht!

Zunächst steuerten wir das ganz in Bahnhofsnähe gelegene „Max Ernst Museum Brühl“ an. Von einer netten Dame wurden wir in die Werke Max Ernst' eingeführt, die Dame erklärte und die abstrakten Bilder und Skulpturen sehr anschaulich. Brühl ist die Geburtsstadt des Künstlers, der Maler, Bildhauer, Graphiker und Dichter und einer der bedeutendsten Vertreter des Dadaismus und Surrealismus gewesen ist.



Gruppenbild auf dem Vorplatz des Max Ernst Museums in Brühl

Turnabteilung

Zur gleichen Zeit lief im Keller des Museums eine Ausstellung über Christo und Jeanne Claude, dem berühmten Künstlerehepaar, das bei uns in Deutschland den Reichstag verhüllt hat. Viele Bilder der verschiedenen Verhüllungen wurden gezeigt und man bekam sehr gut den Eindruck von enormer handwerklicher und organisatorischer Arbeit.

Nach dieser großen Wissenserweiterung stärkten wir uns im Museums-Cafe. Das Wetter meinte es gut, wir saßen gemütlich draußen auf der Terrasse.

Anschließend ging es weiter mit den kulturellen Eindrücken. Bärbel hatte uns auch für eine Besichtigung von Schloss Augustusburg angemeldet. Dieses Lieblingsschloss des Kölner Kurfürsten Clemens August aus dem Hause Wittelsbach (1700 –1761) zählt als Meisterwerk des Rokoko zum Unesco Weltkulturerbe. Berühmt ist vor allem das prunkvolle Treppenhaus von Balthasar Neumann. Es ist einfach beeindruckend. Im Schloss und auch im Treppenhaus finden alljährlich die Brühler Schlosskonzerte statt. Wir bewunderten die Gemälde, Möbel und Tapeten in den vielen Sälen.



Anschließend gingen wir durch die barocke Gartenanlage und in dem englischen Landschaftsgarten bewunderten wir die blühenden Blumen, besonders die schönen Rosen.

Soviel Kultur ermüdet und nur Bärbel und ich wanderten noch zum Jagdschloss Falkenlust, was aber bereits geschlossen

war. Beim Italiener in der Brühler Altstadt war bereits ein Tisch serviert und wir stärkten uns mit Wein, Bier oder Wasser und leckerem Essen. Die Deutsche Bundesbahn brachte uns sicher und schnell wieder in heimische Gefilde und ein erlebnisreicher Tag ging zu Ende! Dank an Bärbel für die gute Organisation.

Ingrid Sievers

Turnabteilung

Sommerfest und Kinderturnabzeichen



Am 7. Juli 2010 haben 47 Kinder aus unserer Abteilung das Kinderturnabzeichen erworben. In der Turnhalle wurde ein Geräte-Parcours aufgebaut und die Kinder haben die Aufgaben je nach Alter gemeistert. Dafür gab es beim Sommerfest am 14. Juli 2010, das wir wie in den Vorjahren als Abschluss der Trainingsstunden vor den Sommerferien durchgeführt haben, eine Urkunde!



Die Verteilung der Urkunden war sehr spannend. Schließlich bekommt man nicht jeden Tag so etwas. Sinah, Chantal u. Frau Sievers hatten mit der Ausgabe viel zu tun, die Kinder warteten schon ungeduldig auf das Ergebnis ihrer Anstrengungen. Außer der Urkunde gab es noch ein Turnbäckchen!



Turnabteilung



Am Anfang des Festes machten die größeren Kinder wieder eine kleine Fahrradtour durch die Heide mit anschließender Schatzsuche. Dann wurde gespielt, mit dem Penz-Mobil, mit Bällen, Seilchen usw. Die Kinder warteten geduldig auf ihr Facepainting und dank der Kuchenspenden der Eltern gab es viel zu Essen und zu Trinken. Das Wetter war warm und am Schluss schmeckte auch noch die Grillwurst. Es war ein sehr schöner Nachmittag, er endete kurz bevor ein gewaltiges Gewitter losging!



Ein Dankschön zum Schluss an die Helfer:
Christel Hansch, Ingrid Speer, Annette Horn, Gerd Sievers, Sinah Fornol und Chantal Czirr.

Turnabteilung

Ergebnislisten vom Kinderturnabzeichen:

Grundschul Kinder:

Vorname	Nachname	Punkt zahl
Hanna	Beduhn	56
Christiane	Brand	50
Chantal	Czirr	52
Svenja	Czirr	50
Metin	Gedik	51
Elias	Gellings	50
Sinah	Hänsel	53
Saskia	Hänsel	50
Zoe	Hoffmann	50
Jacqueline	Kühl	52
Jolina	Liedtke	44
Deniz	Öztürk	51
Yasemine	Öztürk	51
Sarah	Reichenbach	53
Franziska	Reinholz	52
Melissa	Sadiku	53
Viktoria	Stankovic	50
Lovis	Wolfrath	32
Hiranur	Yesilyurt	53

Kleinkindergruppe:

Vorname	Nachname	Punkt zahl
Emma	Barta	21
Lea	Gehrmann	18
Lara Tabea	Günzel	21
Mona	Husmann	19
Taylan	Kilic	28
Jasper	Lachnicht	28
Eva	Leiermann	18
Kilian	Marx	28
Olivia	Pease	23
Miriam	Pielen	18
Annabelle	Robben	18
Carl	Schulze	28
Johann	Schulze	28
Hannah	Wölm	17

Turnabteilung

Vorschulkindergruppe:

Vorname	Nachname	Punktzahl
Lena	Buczynski	24
Joyce	Chemnitzer	32
Lisa Marie	Espenhain	24
Lukas	Espenhain	32
Felix	Hoffmann	24
Zoe	Lachnicht	24
Marie-Christine	Melis	24
Lynn	Mosmondor	24
Christina	Schwarz	32
Maurice	Schwitalla	32
Luca	Spieswinkel	32
Lena-Marie	Stotzem	24
Elda	Wolfrath	24
Hannah	Zelder	32

Neues Angebot!

Gymnastik „After work power“ – Fitness nach der Arbeit!

Wer sich nach der Arbeit noch fit halten will, dem bieten wir Gelegenheit zu Gymnastik und Fitness – und zwar immer

mittwochs von 20.00 – 21.30 Uhr
in der Turnhalle an der Deichstraße

Nähere Infos unter ☎ 02133/ 215574.



Turnabteilung

Hier nochmalsStep - Aerobic – Fitness:

Mütter, deren Kinder vormittags im Kindergarten oder in der Schule sind, sollten wieder etwas für die Kondition, Beweglichkeit und die Figur tun!

Wann? **Montag** von 9.15 – 10.30 Uhr im Sportzentrum Zons (Kraftraum) nähere Info: Ingrid Sievers ☎ 21 55 74



Mutter- und Kind Turnen

Bewegung und Spiel für unsere Kleinsten, zusammen mit Mama oder Papa!

In der Turnhalle im Sportzentrum Zonser Heide, von 10.00 – 11.00 Uhr dienstags für Kleinkinder ab Krabbelalter – bis 3 Jahre

Joly als Übungsleiterin freut sich auf Euer Kommen!

Nähere Informationen: Ingrid Sievers ☎ 02133 – 215574

Danke!

Vom 6.10. – 22.11.2010 wurde die Turnhalle an der Deichstraße von jetzt auf gleich stillgelegt, es hatten sich Mängel an der Decke gezeigt. **Frau Zündorf**, die Leiterin der Grundschule gestattete für die Erwachsenengruppen die Benutzung der Aula der Grundschule. Der **FC** überließ uns ein Hallenteil im Sportzentrum für die Kindergruppen. Wir bedanken uns auf diesem Wege für die spontane, unbürokratische Hilfe!

Turnabteilung

Trainingszeiten

*in der Turnhalle der Offenen Ganztags-Grundschule Zons,
Deichstraße
und im Sportzentrum*

Wochentag:	Zeit:	Gruppe:	Übungsleiter:
Montag: Sportzentrum	9.15 - 10.30 Uhr	Step - Aerobic	Ulrike Wagner
Montag: Deichstraße	17.00 - 18.30 Uhr	Damen-Gymnastik (auch nach Pilates)	Ingrid Sievers
dto.	18.30 – 19.45 Uhr	Multigruppe - Turnen	Melanie Wenzel
dto.	20.00 - 21.30 Uhr	Aerobic – Fitness Step - Aerobic	Marilyn Szafran
Dienstag: Sportzentrum	10.00 - 11.00 Uhr	Mutter und Kind /	Yoly Hommen
Mittwoch: Deichstraße	15.00 - 16.00 Uhr	Kleinkinder 3 -4 Jahre	Ingrid Sievers Chantal Czirr
dto. Deichstraße	16.00 - 17.00 Uhr	Vorschulkinder 5 – 6 Jahre	Ingrid Sievers + Chantal Czirr
dto. Deichstraße	17.00 - 18.30 Uhr	GrundschulKinder Turnen (Breitensport)	Ingrid Sievers
dto. Deichstraße	18.30 - 20.00 Uhr	Multi-Kulti-Gruppe – Leistungs-Turnen Mädchen u. Jungen	Christa Hyrbaczek + Melanie Wenzel
dto. Deichstraße	20.00 - 21.30 Uhr	„After work power“ Gymnastik nach der Arbeit (gemischte Gruppe)	Christa Hyrbaczek
Donnerstag Sportzentrum	10.00 - 11.30 Uhr	Rückenschule Gesunde Bewegung am Vormittag für Sie u. Ihn	Sigrid Ritzerfeld

Stand: 12/2010

Information: Ingrid Sievers ☎ 215574

E-Mail: gsievers@t-online.de

Judoabteilung

Zeltwochenende der Judo-Abteilung der SG Zons nach Waldbreitbach



Wie jedes Jahr gab es einen Ausflug der Judo-Abteilung. Mit der dritten Gruppe im Alter von 11 – 17 Jahren trafen wir uns am Freitag den 18.06.2010 um 15 Uhr auf dem Parkplatz der SG Zons Sportanlage und fuhren mit 11 Jugendliche und den 2 Trainer, Ralf Krätzel und Hans Koska, in Richtung Waldbreitbach. Nach 2 Stunden fahrt kamen wir an den Campingplatz „Am Strandbad Waldbreitbach“ an. Dort bauten wir unsere Zelte am Fluss (die Wied) auf, wo es sehr idyllisch und harmonisch war. Nach dem wir alle zusammen einkaufen waren, fingen wir an zu

Judoabteilung



grillen. Dieses Beisammensein wurde jedoch durch einen plötzlichen Regenausbruch unterbrochen.

Die erste Nacht verlief sehr ruhig und friedlich. Nach dem morgendlichem Frühstück, was unser Trainer Hans liebevoll serviert hatte, gingen wir auf eine Wandertour in die umliegende Berglandschaft. Nach der Rückkehr von der Wandertour grillten wir und begaben uns danach zum „Spiel und Spaß-Bad“ wo wir einen entspannten Nachmittag auf der Kinder-Gummiinsel verbrachten. Als wir von dort zurückkamen, aßen wir zu Abend (natürlich wurde wieder gegrillt) und ließen den Abend gemütlich am Lagerfeuer mit Mäusespeck ausklingen. Am anderen Morgen bauten wir nach einem gemeinsamen

Judoabteilung

Frühstück die Zelte ab und begaben uns auf eine Wanderung zum St. Marienhaus. Danach ließen wir das Wochenende bei einem gemeinsamen Pizzaessen ausklingen und fuhren anschließend nach Hause.

Ps: Wir bedanken uns bei den Trainern für das coole und chillige Wochenende.



Geschrieben von den Autoren: Nünü, Mati, Nine und Chris XD

SPORTGEMEINSCHAFT ZONS 1971 E.V.



Geschäftsstelle: Saarwerdenstraße 38, 41541 Dormagen, Tel.: (02133) 3387 - Fax: (02133) 428485

Beitrittserklärung

Abteilung: _____ Name, Vorname: _____ Mitglieds-Nr.: _____

PLZ: _____ Ort: _____ Straße: _____

Geboren am: _____ in: _____

Tel.: _____ E-Mail: _____

Ich erkenne die Satzung der SG ZONS an und verpflichte mich den Mitgliedsbeitrag ab Eintrittsdatum bis zum Ende des laufenden halben Jahres und danach halbjährig im Voraus zu entrichten. Ich erkläre mich einverstanden, dass der Mitgliedsbeitrag durch Bankeinzug erhoben wird und erteile die anhängende Einzugsermächtigung. Änderungen der persönlichen Daten (z.B. Anschrift, Konto-Nr. ...), melde ich umgehend schriftlich. Eine Kündigung ist gemäß Beschlusslage nur **schriftlich zum 30. Juni oder 31. Dezember** möglich. Diese muss **1 Monat vorher** bei der SG ZONS eingegangen sein.

Der Beitrag beträgt für Erwachsene: _____ €/Monat

für Schüler/Studenten: _____ €/Monat

Kinder: _____ €/Monat

Nach Vollendung des 18. Lebensjahres ist unaufgefordert eine Schul-/Studienbescheinigung vorzulegen. Ab 3 Familienmitgliedern in der SG ZONS: 20 % Rabatt für jedes Mitglied (außer Tennisabteilung) Bedingung: Abbuchung von einem Konto!

Aufnahmegebühr: 5.-- €

_____, den _____ Unterschrift _____

Bei Jugendlichen unter 18 Jahren die des gesetzlichen Vertreters, der mit seiner Unterschrift erklärt, für Forderungen des Vereins aus dem Mitgliedschaftsverhältnis einzuziehen.
Die Mitgliederverwaltung erfolgt mit Hilfe der EDV. Die Daten der Mitglieder werden zu diesem Zweck unter Beachtung der Bestimmungen des Bundesdatenschutzgesetzes gespeichert

Einzugsermächtigung

für die SPORTGEMEINSCHAFT ZONS 1971 e.V., Saarwerdendstraße 38, 41541 Dormagen

Hiermit ermächtige ich die SG ZONS bis auf Widerruf, den von mir lt. Satzung zu entrichtenden Mitgliedsbeitrag im Lastschriftverfahren einzuziehen, zu Lasten meines Kontos:

Konto-Nr. _____ bei der _____ Bankleitzahl _____

_____, den _____ Unterschrift _____

Name des Kontoinhabers: _____

Der Empfang der Beitrittserklärung wird hiermit bestätigt! (Wird von der SG ZONS ausgefüllt)

SPORTGEMEINSCHAFT ZONS 1971 e.V., Saarwerdenstraße 38, 41541 Dormagen

Abteilung: _____ Mitgliedsnummer: _____

_____, den _____ Unterschrift _____

Weitere Informationen unter www.sg-zons.de (Mitgliederinfo)



☎ 02133

3333

Ihr Partner in Dormagen für:

- Taxi-, Dialyse-, Bestrahlungs-,
und Krankenfahrten aller Kassen
- Flughafentransfer
- Kurierfahrten
- Großraumtaxi bis 8 Personen



Taxi Hillmann GmbH • Norfer Str. 16 • 41539 Dormagen

Hillmann-Reisen

Reisebüro 02133/770800 Fax 02133/770879

**Busvermietung unserer Reisebusse für Ihre
Vereinsfahrt bis 60 Personen**

„MEIN SPORTVEREIN“



Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.

VR Bank eG
Kölner Straße 103-105
41539 Dormagen
Tel.: 02133/242-0
Fax: 02133/242-316
www.vrbankeg.de

VR Bank eG

Ihr Partner vor Ort

