



**110 Jahre  
Fischelner Turnverein**

Liebe Sportfreundinnen und Sportfreunde,  
Unterstützer und Förderer,



die Gründer unseres Vereines haben sich sicher kaum vorstellen können, dass ihre Beweggründe zur Vereinsgründung „Sport und Leibesertüchtigung für Jedermann“ 110 Jahre später nichts an Aktualität und Gültigkeit eingebüßt haben. Im „digitalen Zeitalter“ - mit PC, Internet, Smartphone und der damit einhergehen-



den Bewegungsarmut – und einer immer älter werdenden Gesellschaft gehören Sport und Fitness in allen Generationen zu einem notwendigen Bestandteil der Freizeitgestaltung. Auch die in einem Sportverein damit verbundene Geselligkeit gewinnt an Bedeutung.

Unseren besonderen Dank und Anerkennung möchten wir unseren engagierten Übungsleiterinnen, Übungsleitern, Helferinnen, Helfern und ehrenamtlich Tätigen in FTV aussprechen, ohne die ein Verein dieser Größe nicht existieren könnte. Hieraus ergibt sich auch ein wichtiger Aspekt der zukünftigen Vorstandsarbeit: Wir möchten weiterhin Anreize schaffen, damit Mitglieder als Übungsleiter und Helfer tätig werden oder sich in die Vorstandsarbeit einbringen.

Mit unserem Konzept an Bewehrtem festzuhalten, Kooperationen mit andern Vereinen und Institutionen zu pflegen, neue Sportarten sowie Trends im Gesundheits- und Fitnessbereich zu erkennen und unser Sport- und Kulturangebot entsprechend zu erweitern, ist uns um die Zukunft des FTV nicht bange.

Wir freuen uns auf das gemeinsame Geburtstagsfest mit dem Bürgerverein Fischeln und vielen Gästen am 5. September 2015 im Stadtpark Fischeln, zu dem wir jetzt schon herzlich einladen.

Heinz-Otto Engel  
1. Vorsitzender

Rainer Godry  
2. Vorsitzender

## Grußwort des Stadtsportbundes Krefeld e.V.



Tradition und Aufgeschlossenheit – das sind die Eindrücke, die man gewinnt, wenn man die abwechslungsreiche Geschichte des Fischelner Turnvereins von 1905 e. V. auf sich wirken lässt. Die eindrucksvolle Historie stellt der selbstbewusste Traditionsverein im südlichen Krefelder Stadtteil Fischeln mit seiner hervorragend gestalteten Chronik vor. Ich übernehme deshalb gern die Aufgabe, dem FTV im Namen der großen Krefelder Sportgemeinde zu seinem 110-jährigen Bestehen zu gratulieren.

Der Verein ist selbst unter den 220 Vereinen des Stadtsportbundes Krefeld e. V. bemerkenswert, da er Traditionen pflegt, aber auch neuen Entwicklungen gegenüber offen ist. Neben den Aufgaben einer Turnergemeinschaft hat der Verein sich hervorragend auf die Anforderungen der modernen Zeit eingestellt, z. B. mit vielen Angeboten im Gesundheits- und Seniorensport, preiswerten, gesundheitsfördernden und kinderfreundlichen Alternativen zu Fitnessstudios, aber auch mit Aktivitäten, die neben der sportlichen Betätigung der Gesundheit, der Geselligkeit und der Integration dienen. Damit hat der Verein auch einen bedeutenden Beitrag zum Gemeinschaftsleben und zur Geselligkeit der Bürger im Stadtteil Krefeld-Fischeln geleistet, die hier eine sportliche und menschliche Heimat finden.

Diese Leistungen sind nur möglich, weil der Fischelner Turnverein unschätzbare ehrenamtliche Arbeit für seine sportliche Gemeinschaft erbringt. Ich nehme deshalb gerne die Gelegenheit wahr, allen ehrenamtlich Mitwirkenden, die sich in den vielen Jahren seit der Gründung in ihrem Verein engagiert haben, für ihren Einsatz Dank und hohe Anerkennung auszusprechen.

Den Feierlichkeiten anlässlich des 110-jährigen Jubiläums wünsche ich einen guten Verlauf, dem Vorstand und allen Mitgliedern des Fischelner Turnvereins 1905 e. V. für die Zukunft weiterhin eine harmonische Vereinsarbeit zum Wohle der Mitglieder und ihres Stadtteils, Glück und Erfolg.

Dieter Hofmann  
Stadtsportbund Krefeld e. V.

## Grußwort des Turnverbandes der Region Krefeld

Meine sehr verehrten Damen und Herren,  
liebe Sportfreunde,

110 Jahre Fischelner Turnverein 1905 e.V. - eine stolze Bilanz. Gerade in unserer immer schnelllebiger und hektischer gewordenen Zeit, in der alles, was älter als drei Jahre ist, schon das Prädikat „Tradition“ für sich in Anspruch nimmt, ist ein solches Jubiläum etwas ganz Besonderes. Der Fischelner Turnverein gehört mit zu den ältesten Turnvereinen in der Samt- und Seidenstadt und kann auf eine lange Tradition zurückblicken. Aus dem Dorfverein von einst ist inzwischen ein moderner Großverein mit vielen sportlichen Facetten geworden. Dazu die herzlichsten Glückwünsche des Turnverbandes der Region Krefeld e.V. und seiner angeschlossenen Mitgliedsvereine.



Der Fischelner Turnverein hat dann auch allen Grund, kräftig zu feiern. Denn geleistet haben die Verantwortlichen in den zurückliegenden Jahren und Jahrzehnten genug: Jeder, der sich ehrenamtlich im Verein, in Verbänden oder anderen Zusammenschlüssen engagiert, weiß ein Lied davon zu singen, wie schwer es oft fällt, immer wieder zu motivieren – andere, aber auch sich selbst – für den Verein und seine Ziele zu arbeiten, sich einzubringen, etwas zu leisten.

Schon deshalb an dieser Stelle einmal Danke an alle, die sich über Jahre für den Verein, vor allem aber für den Sport und den Spaß seiner Mitglieder eingesetzt haben und dies auch heute noch tun. Ich hoffe, dass alle Leistungsträger des Fischelner TV mit diesem runden Geburtstag für ihre viele Arbeit vor, aber auch hinter den Kulissen, ein wenig belohnt werden.

Ich wünsche dem Fischelner Turnverein für seine sportliche Zukunft viele neue Ideen und immer zufriedene Mitglieder, die sich von den Innovationen des Vereins begeistern lassen. Ihnen allen ein schönes Fest zum Vereinsjubiläum, einen guten Besuch bei allen Veranstaltungen und allen Beteiligten viel Spaß am Sport mit und im Fischelner TV.

Mit sportlichem Gruß  
Rosemarie Wahlefeld  
1. Vorsitzende – Turnverband der Region Krefeld

## Grußwort Bürgerverein Krefeld Fischeln e.V.



Liebe Mitglieder des Fischelner Turnverein,

ich gratuliere Ihnen ganz herzlich zu Ihrem Vereinsjubiläum. Sie dürfen stolz darauf sein, Mitglied in diesem Traditionsverein zu sein.

Es ist so wichtig, in unserem „Dorf“ einen Verein zu haben, der so viele Altersschichten im Fokus hat und so vielfältig von seinem Angebot her ist. Jung und Alt werden angesprochen und die Vielzahl der sportlichen Möglichkeiten lässt kaum Wünsche offen.

Wir, der Vorstand des Bürgervereins, freuen uns mit Ihrem Verein gemeinsame Aktionen durchführen zu dürfen. Die erste geplante sportliche Veranstaltung ist ja leider ins Wasser gefallen, dafür wird unser gemeinsames Jubiläumsfest bestimmt eine Feier im Sonnenschein. Für weitere gemeinsame Aktivitäten stehen wir gerne zur Verfügung.

Ein besonderer Dank geht an dieser Stelle an die Vielzahl der freiwilligen ehrenamtlichen Helfer des FTV, ohne die Ihr Verein seine Aufgaben nicht bewältigen könnte.

Ob sich die 15 Mannen um Max Sünskes vor 110 Jahren auch nur annähernd vorgestellt haben, was einmal aus dem von ihnen gegründeten Verein werden würde? Besonders bemerkenswert und schön finde ich, dass der Fischelner Turnverein am 05.05.1905 in Königshof von Fischelnern und Königshofern gegründet wurde und bis heute die Aktivitäten des Vereins im gesamten Gebiet unseres schönen Stadtteils stattfinden.

Mit dem Wahlspruch der Turner „ frisch, fromm, fröhlich, frei“ wünsche ich Ihnen ein schönes Jubiläumsjahr, weiterhin viele engagierte Helfer und Mitglieder sowie viel sportlichen Erfolg.

Reiner Schütt

1. Vorsitzender des Bürgervereins Krefeld-Fischeln e.V.

## Dä Föschelche Turnverein hät Jeburtsdaag – Wolfgang Müller

Hongert on tehn Jooehr es dä Föschelche Turnverein des Jooehr alt. Damals en dän Tiet hääben sech en paar Lü tusame jesatte on hääbbe ene Turnverein opjemeit. – Woröm?, kann mer sech frore. - Die Lü hääben sieker damals vül wirke mödde. Äwer die hadden jemerkt, en en Jruppe van Minsche, die all dat selve wolle, nämlich sech sportlich beweje on och jett Freud te krieje, kann mer blauß em Verein. On suo koum et, dat emmer mieh'r Lü em Verein turne wollde. Dann koume Kenger, Frollü on äldere Minsche dobee. Dann wor blauß „turne“ wat wenig. Et word jeschwomme, jeturnt, Ballspiele on Jymnastik jemeit. Für jiedes Alder wor jett em Projramm. On für all die enkelte Sportarte brugte mer Sportwarte, vandaag sägge se Übungsleiter dooe für. Dat send Minsche, die sovül Freud an Sport hääbbe, dat die emmer wier op en Sportscholl jont, öm wat nöies dobee tu liehre. On, wat ärg wichtich es, die maake dat für lau. Dat hitt, die krieje janz wenig Jeld für dän janzen Ärbet, dänn die sech en dänne ihr free Tiet maake.

Äwer, et es dänne Luohn jenoach, wenn dann en Turnhalle on op Sportplätz öm de Wett jeturnt, jelope on jespronge wird. On en Schwemmhalle öm de Wett jeschwomme wird. Wenn dann en Mitjlied off en Manschaft van dä Föschelche Turnverein ene twidde off veletz ene irschde Platz en soune Wettbewerb mäckt, hääben die janze Turner die „Welt en et Blöske“! Dat mäckt alles blauß Freud en ene Verein. Mer kennt sech, jieht nou dat Training noch en Bier drenke, dat es Kameradschaft, dat es Verein.

Vandag jövvt et joee vül Minsche, die jonnt en suon „Fitnißbud“. Alleen. Dan stonnt die op suon Luop-Brett, dat sech onger dänne beweje on dann treäne on treäne die et Herrjotts Beäß. Doobee kieke die et Finster erut off kieke en dat Schluffekino. Angere sette on hänge en suon Jeräte on maake sech müsche. Die wieete net, wie schüeen et es, duer de Wald tu looepe on an suone Trimm-Dich- Pfad sech av tu büere. Äwer suone Föschelche Turnverein kömmert sech och öm die Kenger. Kickt, dat die jelenkich werde on wat en de Maue krieje. Für vül Mädches on Jonges es dä Turnverein wie en juete Famelij. On wenn dann dä Verein Jeburtsdaag hät, nämlich hongerttehn Johr ald wird, es dat für all die Mitjlieder en richtig Familienfeäß.

On dooe kann mer blauß sägge: Merci, für all die Möh on Ärbet, die mer sech jemeit hät on vül Kawuppdisch für die nägste Johre.

Auf unserer Internetseite [www.ftv1905](http://www.ftv1905) ist die Chronik, die bereits zu unserem Jubiläum im Jahr 2005 von unserem Chronisten Albrecht von Saldern verfasst wurde, nachzulesen. Was sich in den darauffolgenden zehn Jahren im Fischelner Turnverein ereignet hat, findet nun in dem folgenden gekürzten Bericht, den Albrecht von Saldern mit Hilfe von der Geschäftsführerin Karin Klein zusammengetragen hat, seine Fortsetzung. Die ausführliche Chronik kann auf der Homepage nachgelesen werden.

### 2005

feierte der FTV sein 100jähriges Bestehen. Bereits im Juni 2004 bildeten über 200 Vereinsmitglieder in ihren rot-schwarzen Trainingsanzügen auf der Wiese des Fischelner Stadtparks das Emblem des FTV, welches als Foto auf dem Deckblatt der Festbroschüre Verwendung fand. Für die Festansprache beim großen Empfang im Jugendzentrum am 30. April 2005 konnte der Oberbürgermeister unserer Stadt, Gregor Kathstede, gewonnen werden. Seinen Glückwünschen schlossen sich Vertreter der Verbände, Vereine und weitere viele Gäste an. Zur Jubiläumsgala am 11. Juni 2005 im Seidenweberhaus waren etwa 500 Mitglieder und Gäste erschienen. Bürgermeister und Bundestagsabgeordneter Herr Bernd Scheelen hielt die Festrede, die Zuschauer wurden mit verschiedenen akrobatischen Aufführungen unterhalten, bis der Abend mit viel Tanz bei Livemusik recht spät endete.



Die Jugend des Vereins feierte das Jubiläum Anfang Juli 2005 an einem Wochenende im Jugend- und Erlebnisdorf des Landessportbundes in Hinsbeck, an dem unter der Leitung von Anja Michel mehr als 50 Jugendliche teilnahmen. Auch die Senioren bekamen ein „Geburtstagsgeschenk“. Für sie wurde ein Ausflug zum WDR in Köln angeboten. Die Entwicklung des FTV zu einem Breitensportverein mit einigen Leistungssportgruppen (Leichtathletik, Basketball, Volleyball) schritt in den folgenden Jahren weiter voran. Gesundheitssportgruppen und Seniorensportgruppen bestimmten verstärkt das Angebot des FTV. Im Jahr

### 2006

übernahm Peter Knorr das Amt des 2. Vorsitzenden, welches bis dahin von Dieter Wimmers bekleidet wurde. In dieser Zeit der verstärkten Hinwendung zum Breiten- und Gesundheitssport führte der Landessportbund NRW das „Qualitätsmanagement im gesundheitsorientierten Sport“ ein. Das Gesundheitsbewusstsein der älteren Menschen in unserer Gesellschaftsordnung nimmt zu und damit auch das Interesse an gesundheitssportlichen Angeboten. Der FTV kommt diesem Trend entgegen, indem er das Sportangebot für Ältere erweitert und verstärkt an der immer beliebter werdenden Seniorenfahrt festhält. Hans-Georg Hoffmann übernahm als Kulturwart in den folgenden Jahren die Organisation dieser zur Tradition gewordenen Veranstaltung. Ein Highlight war die Seniorenfahrt

### 2007,

die über 80 ältere Mitglieder (ab 65 Jahren aufwärts) in das Forschungszentrum Jülich führte. Genau am Tag der Besichtigung wurde in Stockholm dem am Forschungszentrum arbeitenden und lehrenden Prof. Dr. Peter Grünberg der Nobelpreis für Physik zuerkannt. Als die Ehrung im Forschungszentrum bekannt wurde, wurden spontan alle Besucher zum Empfang zu Ehren von Prof. Grünberg eingeladen. Der Leichtathletik- und Schwimmwart Jakob Jennen erhielt für seine Verdienste um den Sport in Krefeld den Ehrenteller der Stadt Krefeld. Seine Verdienste reichten über die Arbeit im Verein hinaus, weil er viele Jahre Obmann für die Sportabzeichenabnahme in Krefeld war. Der Informationsfluss über Veranstaltungen und Ereignisse, über Veränderungen und/oder Verbesserungen im Sportbetrieb des Vereins sollte verbessert werden. Daher hat sich der Vorstand im Jahr

**2008**

entschlossen, halbjährlich das „FTV-Forum“ herauszugeben. Es sollte ein Nachrichtenblatt werden, in dem über sportliche Ereignisse, den Übungsbetrieb und Personen, die sich im Verein engagieren, deren Arbeit aber häufig im Hintergrund bleibt, berichtet wird. In Karin Klein fand man eine Pressereferentin, die das „FTV-Forum“ redigiert und mit ihren Ideen begleitet. Sportlich ragten in diesem Jahr besonders das Basketballteam der männlichen Jugend der U 16 heraus, das nach einer sehr spannenden Saison 2007/2008 unter ihren beiden Trainern Fabian Köffers und Andreas Wolf die Vizemeisterschaft im Basketballkreis Niers errang. Die Volleyballabteilung wächst sich in diesem Jahr mit über 100 Mitgliedern zur stärksten Abteilung aus. Fünf Volleyballmannschaften spielen in den Hobby-Ligen des Volleyballkreises Krefeld-Viersen. Bereits im Herbst 2007 war auf Anregung des Stadtsportbundes die Veranstaltung „Mama, Papa und ich“ ins Leben gerufen worden. In Zusammenarbeit mit der Stadt Krefeld und der AOK findet nun in den Wintermonaten an 10-11 Sonntagnachmittagen unter der Leitung von Übungsleitern und Helfern des FTV ein Spiel- und Sportnachmittag für Eltern mit ihren Kindern statt. Die Veranstaltung ist ein Riesenerfolg. Zeitweilig zählten die Übungsleiter bis zu 190 Personen an einem Nachmittag in der Halle am Wimmersweg. Die vielen sehr unterschiedlichen Aktivitäten im Verein hatten mittlerweile bei den ehrenamtlich arbeitenden Vorstandsmitgliedern und Abteilungsleitern zu einer enormen Arbeitsbelastung geführt, der sie kaum noch gewachsen waren. Es wurden Überlegungen angestellt, eine professionelle Geschäftsführung einzuführen. Eine dafür erforderliche Satzungsänderung, die auf der Mitgliederversammlung (MV) im April 2008 beschlossen wurde, ermöglichte es dem Vorstand, mit der jeweils notwendigen Zustimmung der MV, eine(n) Geschäftsführer(in) gegen ein geringes Salär anzustellen. Karin Klein wurde noch in derselben MV als Geschäftsführerin bestätigt. Die Volleyballer organisierten in

**2009**

eine erste Vereinsmeisterschaft in der Form eines Meetings, an der sich acht Mannschaften beteiligten. Die familiäre Atmosphäre in dieser Abteilung hat zu einem außerordentlich guten Zusammenhalt der Spielerinnen und Spieler geführt. Den gleichen Effekt hat auch die Teilnahme am Deutschen Turnfest,

das in diesem Jahr in Frankfurt/M stattfand. 60 Mitglieder von 13 Jahren bis 70 Jahren nahmen teil und waren begeistert von der Kameradschaft unter den Teilnehmern und unter den Sportlern überhaupt. Mit großem Aufwand und einer langfristigen Planung fand an der Königshofer Wiese und in der angrenzenden Sporthalle die erste generationenübergreifende „Familiade“ statt. In diesem Jahr trauerte man über den Tod von Horst Wallraven, dem langjährigen Vorsitzenden des Ältestenrats, und von Jakob Jennen, der sich als Leichtathletik- und Schwimmwart vor allen Dingen um die jungen Sportler im Verein gekümmert hatte. Das Jahr

**2010**

begann mit der Verleihung des Ehrentellers der Stadt Krefeld an den 1. Vorsitzenden des FTV Albrecht von Saldern für besondere Verdienste um den Sport in Krefeld. 2010 brachte aber auch eine Veränderung im Vorstand. Der Vorsitzende von Saldern wurde in diesem Jahr 72 Jahre alt. In der MV im April 2010 wurde Petra Brangs, bisherige Kinderturnwartin und Übungsleiterin, zur ersten weiblichen Vorsitzenden im FTV gewählt, nachdem sie bereits seit einem Jahr Einblick in die Vorstandsarbeit erhalten hatte. Albrecht von Saldern blieb der Vereinsarbeit als Wanderwart, später auch als Kulturwart und als Vorsitzender des Ältestenrates weiterhin verbunden. Im Juli gewannen die Turnerinnen den Wanderpokal des Turnverbandes der Region Krefeld gegen sehr starke Konkurrenz. Das Projekt „schwer mobil“ für übergewichtige Kinder wird für ein Jahr ins Sportprogramm aufgenommen. Im Jahr

**2011**

erhielt der langjährige Fachwart für Leichtathletik, Übungsleiter und ehemaliges Vorstandsmitglied Emil Reyermann aus den Händen des Oberbürgermeisters den Ehrenteller der Stadt Krefeld für besondere Verdienste um den Sport in Krefeld. Er war das dritte Vereinsmitglied, das innerhalb von vier Jahren vom Oberbürgermeister besonders geehrt wurde, ein Zeichen dafür, dass die ehrenamtliche Arbeit im FTV auch außerhalb des Vereins wahrgenommen und geschätzt wird. Die Teilnehmer der MV gratulierten dem ehemaligen 1. Vorsitzenden Hans Paar (1970 bis 1982) zu seiner 80jährigen Mitgliedschaft. Er gehört zu jener Generation, die nach dem Zweiten Weltkrieg dem Sport in Fischeln wieder zu großem Ansehen verholfen hat. Der Vorstand und die MV beschlossen, dem ehemaligen 1. Vorsitzenden Albrecht von Saldern die Ehrenmitgliedschaft im FTV anzutragen, die

er in einer besonderen Feierstunde am 17. September im Rathaus Fischeln gern annahm. Die 1. Vorsitzende Petra Brangs ehrte bei dieser Gelegenheit aber auch die langjährigen Mitarbeiter im Verein Christel Göbels, Gaby Lechtenböhrer, Dorothee Monderkamp, Helmut Fisahn, Claus Müller, Emil Reyermann und Ralf Stürmer. In mehreren Kursen „Wendo“, einer Selbstverteidigungssportart speziell für Mädchen und Frauen, bieten wir jungen Mädchen die Gelegenheit, diese Verteidigungsform zu erlernen. Man spürt, dass die moderne Kommunikationstechnologie auch am FTV nicht vorbeigeht. Schon vor 2012 konnte man den FTV im Internet auf einer Homepage besuchen. Aber im Jahr

### **2012**

nahm sich Dmitri Weimann, Student für Mediendesign und Mitglied der Basketballabteilung, der Neugestaltung der Vereinshomepage an. Trendsportarten wie Yoga, Bodyfit, Pilates, Bokwa® und Zumba® hielten Einzug in die Sporthallen. Eine erfolgreiche Kooperationsveranstaltung mit dem Bürgerverein Fischeln im Jahr 2011 veranlasste den Vorstand, nun gemeinsam mit zwei Fischelner Vereinen rund um die Sporthalle des MSM-Gymnasiums ein großes Familiensportfest zu veranstalten. Auch diese verlief zu aller Zufriedenheit, so dass Kooperationsveranstaltungen mit anderen Vereinen verstärkt angestrebt werden. In diesem Jahr verstarb der langjährige Vorsitzende und Ehrenmitglied Hans Paar. Im Jahr

### **2013**

stellte die Vorsitzende Petra Brangs ihr Amt aus persönlichen Gründen zur Verfügung. Der Kulturwart Heinz-Otto Engel war bereit, den Vorsitz zu übernehmen. Er wurde in einer Zeit des völligen Umbruchs unseres schulischen Ausbildungssystems in das Amt gewählt. Die Ganztagschule hatte sich landesweit durchgesetzt, die 12-jährige Schulzeit bis zum Abitur (G 8) war endgültig auch in Krefeld eingeführt worden. Diese beiden grundlegenden Änderungen führen dazu, dass die Freizeit junger Menschen erheblich eingeschränkt ist. Auch die steigenden Anforderungen in der Arbeitswelt machen es vielen Menschen unmöglich, sich Vereinen anzuschließen und gar ehrenamtlich zu betätigen. Silvia Hoffmann stellte nach 14 Jahren ihr Amt als Kassiererin zur Verfügung, welches von der vom Fach kommenden Ingeborg Haberscheidt übernommen wurde. Zum wiederholten Male verzichteten die in der Kreisliga sehr erfolgreichen Basketballer auf den Aufstieg in die Be-

zirksliga, da der Trainingsmehraufwand nicht gewährleistet werden kann. Mit den Triathleten bildete sich eine neue Gruppe im Verein. Diese sehr anspruchsvolle und trainingsintensive Sportart ist vor allen Dingen bei Sportlern mittleren Alters attraktiv.

### **2014**

verabschiedete sich Peter Knorr nach achtjähriger Tätigkeit als 2. Vorsitzender. Als Nachfolger konnte der Vorstand der MV Rainer Godry präsentieren, der als Pensionär jetzt mehr Freizeit hat, um sich dem Ehrenamt als 2. Vorsitzender zu widmen. Den Volleyballern gelang es, die Bundesligavolleyballer des Moerser SC nach Fischeln zu einem Demonstrationsmeeting einzuladen. Die Spieler des Moerser SC überzeugten mit einem überaus engagierten Auftritt und warben auf diese Weise für ein äußerst attraktives Mannschaftsspiel. Mittlerweile ist die Volleyballabteilung des FTV im Volleyballkreis Krefeld-Viersen mit acht Mannschaften vertreten. Die 5. Volleyball-Mixed-Mannschaft erreicht in diesem Jahr den Aufstieg in die II. Liga der Hobby-Mixed-Staffel im Kreis Krefeld-Viersen und mauserte sich in den letzten Jahren zur Spitzenmannschaft der Volleyball-Abteilung.

### **2015**

folgte sogar der Aufstieg in die höchste Mixed Liga. Zur Freude ihres Trainers Helmut Fisahn schaffte am selben Tag auch die andere von ihm trainierte 1. Mannschaft als Tabellenzweiter den Aufstieg in die II. Mixed-Liga. Der geschäftsführende Vorstand, der zur Zeit besteht aus Heinz-Otto Engel (1. Vorsitzender), Rainer Godry (2. Vorsitzender), Karin Klein (1. Geschäftsführerin), Anja Michel (1. Sportbeauftragte) und Ingeborg Haberscheidt (1. Kassiererin), schlug der MV vor, die Mitglieder Hermann Hirthe, Sieglinde Hirthe, Heinz Pudeg, Marlies Pudeg, Bärbel Michel und Emil Reyermann zu Ehrenmitgliedern zu ernennen. Die MV stimmte einstimmig dem Vorschlag zu. Alle sechs Mitglieder haben in ihrem Leben viel Freizeit für den FTV eingebracht, ohne - wie sie sagen - dies als Opfer empfunden zu haben. Die Arbeit des Vorstandes wird in diesem Jahr vorrangig geprägt von den Vorbereitungen für ein gemeinsames Jubiläumsfest mit dem Bürgerverein Fischeln im Fischelner Stadtpark.

# Natürlich, nah und engagiert.

Wir unterstützen aktiv Theater-, Konzert- und Kinoprojekte sowie viele weitere kulturelle Aktivitäten vor Ort. Natürlich, das machen wir gern.  
Für ein lebendiges Krefeld.



Energie und Wasser ■ Abfall und Entsorgung ■ Bus und Bahn  
[www.swk.de](http://www.swk.de)

Natürlich. Unser Stadtwerk



## SYLTER EISCAFÉ

### Frühstücks-Gutschein

1 Sylter Frühstück  
1 Friesen-Frühstück und  
2 Tassen Kaffee

nur 15,00 €

Um Tischreservierung wird  
gebeten. Gültig bis zum 31. Oktober 2015  
NUR in Krefeld-Fischeln  
bei Abgabe dieses Gutscheins. Nicht  
kombinierbar mit anderen Gutscheinen!



Kölner Straße 574 · 47807 Krefeld

Tel: (0 21 51) 94 99 66 0

Mail: [fischeln@sylter-eiscafe.de](mailto:fischeln@sylter-eiscafe.de)

Öffnungszeiten täglich von 9.00 bis 20.00 Uhr

# KINTRO® Praxis für Physiotherapie

Erkelenzer Straße 81–83 · Tel. 0 21 51-7 888 444

## Unsere physiotherapeutischen Leistungen

- Krankengymnastik / Manuelle Therapie
- Krankengymnastik auf neurophysiologischer Grundlage-Bobath / PNF
- Gerätegestützte Krankengymnastik / MTT
- Manuelle Lymphdrainage
- Massagetherapie / Bindegewebemassage
- Mc Kenzie
- Traktionsbehandlung / Schlingentisch
- Heißluft- / Fango- / Kältetherapie
- Elektro- und Ultraschalltherapie
- Präventives Gesundheitstraining
- Hausbesuche

Großzügiger Trainingsraum  
Monatskarte buchbar  
keine Vertragsbindung



Privat und alle Kassen · Parkplätze direkt am Haus

## Ihr Profi für:

- ▶ Haarverlängerungen (Extensions)
- ▶ Haarschnitte (ab 12,50€)
- ▶ Farben und Strähnen
- ▶ Hochzeitsfrisuren

AUCH OHNE TERMIN

## MEMO's Haarstudio

KR-Fischeln · Hafelsstr. 61  
Tel. 02151-30 38 16  
📱👍 like uns auf Facebook!

*Wir wünschen  
dem Fischelner  
Turnverein  
ein sonniges  
Jubiläumfest!*



# funkelnagel neue

INNENARCHITEKTUR

Herzlichen Glückwunsch zum 110-jährigen Bestehen des FTV 1905 wünscht die

dagmar neue | innenarchitektin akrnw  
grevenbroicher straße 73 | 47807 krefeld | mobil +49-171-1960026  
www.neue-innenarchitektur.de

**neue**  
INNENARCHITEKTUR

# AC AUTOGLAS CENTER

TOFF TOFF GmbH

SCHNELL ZUVERLÄSSIG PROFESSIONELL

## Sofortmontage

Tel.: 02151 - 93 45 180 Fax: 02151 - 93 45 182

Handy: 0178 - 358 18 60

Kölner Str. 447 47807 Krefeld  
[www.ac-krefeld.de](http://www.ac-krefeld.de)

## Fischelner Gesundheitshaus • Sanitätshaus

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| Bandagen, Orthesen                    | Rollstühle, Rollatoren, Elektrofahrzeuge |
| Schuheinlagen, Schuhzurichtungen      | Pflegebetten u. elektr. Einlegerahmen    |
| Kompressionsstrümpfe                  | Bad- und Toilettenhilfen                 |
| Verband- und Therapieschuhe           | Inkontinenzhilfen                        |
| Brustprothetik / spez. Miederwaren    | Dekubitusversorgung                      |
| Diabetikerprodukte                    | Pflegehilfsmittel                        |
| Blutdruckmeßgeräte, Inhalationsgeräte | Vermietung von Hilfsmitteln              |

Ihr Gesundheitspartner mit Herz –  
ganz in Ihrer Nähe!



Klering & Ling GbR  
Hafelsstr. 15  
47807 Krefeld

Tel: 02151 - 45 49 981  
Fax 02151 - 45 49 983  
info@fischelner-gesundheitshaus.de  
www.fischelner-gesundheitshaus.de

Öffnungszeiten:  
Mo bis Sa 9:00 -13:00 Uhr  
Mo, Di, Do, Fr, 15:00 -18:30 Uhr  
Mittwoch Nachmittag geschlossen

Das Mitarbeiterteam



Achteлик,  
Walter  
Volleyball



Bendt,  
Stephanie  
Kinderturnen  
Kinderturnwartin



Boecker,  
Axel  
Volleyball



Boecker,  
Michaela  
Fachwartin  
Volleyball



Böer,  
Anita  
Gratulantin



Brons,  
Barbara  
Gerätturnen  
2. KassiererIn



Bruster,  
Elke  
Gerätturnen



Carbone,  
Marie  
Hiphop



Demandt,  
Philipp  
Basketball



Derichs,  
Weerutai  
Leichtathletik  
Sportabz. abn.



Dickel,  
Regine  
Frauenwartin  
2. Sportbeauftr.



Diercks,  
Monika  
Gymnastik

Das Mitarbeiterteam



Engel,  
Heinz-Otto  
1. Vorsitzender



Erdkamp,  
Marie  
Gerätturnen  
Facebook



Fahrenholz,  
Aline  
Ältestenrat



Fisahn,  
Helmut  
Volleyball



Ganser,  
Liesel  
2. Geschäfts-  
führerin



Gerdvilas,  
Andrea  
Kinderturnen



Gerdvilas,  
Katharina  
Kinderturnen



Gerhards,  
Daniela  
Schwimmen



Glomb,  
Silke  
Kinderturnen  
Aerogym



Godry,  
Rainer  
2. Vorsitzender



Haberscheidt,  
Ingeborg  
1. KassiererIn



Heckers,  
Michaela  
Ältestenrat

**Das Mitarbeiterteam**



Heinrichs,  
Michael  
Kinderturnwart  
Jungenturnen



Henkel,  
Sunna  
Volleyball



Hose,  
Julia  
Kinderturnen



Jennen,  
Anneliese  
Kass. Schwimmen



Jödicke,  
Janina  
Kinderturnen



Just,  
Benjamin  
Basketball



Kaiser,  
Silvia  
Wirbelsäulen-  
gymnastik



Klein, Karin  
1. Geschäftsführ.  
Pressewartin  
Homepage



Kolnsberg,  
Lina  
Kinderturnen



Kowarsch,  
Sabine  
Geräturnen.



Kox,  
Brigitte  
Kinderturnen.



Kraus,  
Ursula  
Geräturnen

**Das Mitarbeiterteam**



Kreuels,  
Carolin  
Leichtathletik



Krüger,  
Dominique  
Kinderturnen



Krüll,  
Dietmar  
Triathlon:  
Schwimmen



Leuchten,  
Iris  
2. Kulturwartin



Lorberg,  
Lars  
Volleyball



Meltzer-Hirsch,  
Ute  
Kinderturnen



Mense,  
André  
Triathlon:  
Radfahren



Michel, Anja  
1. Sportbeauftr.  
FW+ÜL Geräturnen  
Jugendwartin



Michel, Bärbel  
Fachwartin  
Gymnastik/  
Fitn./Gesundh.



Midleja,  
Brigitte  
Wirbelsäulen-  
gymnastik



Monderkamp,  
Dorothee  
Aerobic



Müller,  
Claus  
Prellball

Das Mitarbeiterteam



Mues,  
Dorothee  
Kinderturnen



Nießen,  
Sabine  
Bodyfit  
Zumba®/Bokwa®



Orlow-Kock,  
Elli  
Triathlon:  
Laufen



Pannen,  
Sabine  
Pilates



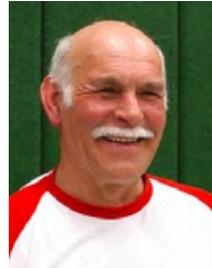
Pudeg,  
Marlies  
Ältestenrat



Puschner, Felix  
FW Leichtathl.  
Jungenturnen  
Jugendwart



Rams,  
Claudia  
Leichtathletik  
Triathlon: Laufen



Reyermann,  
Emil  
„Jedermänner“



Ring,  
Susanne  
Ältestenrat



Sanders,  
Petra  
Gymnastik



Schmitz,  
Elke  
Pilates  
Gymnastik



Schroers,  
Anne  
Takt

Das Mitarbeiterteam



Steinweh, Sina  
Leichtathletik  
Kinderturnen  
Volleyball



Stiller,  
Alexander  
Volleyball



Ströhmer,  
Dorothea  
Senioren-  
gymnastik



Strunk,  
Christian  
Leichtathletik



Stürmer, Ralf  
Gerätturnen Erw.  
Sportabz. abn.  
Volleyball



Trautmann,  
Carolin  
Kinderturnen



von der Beek,  
Andra  
Yoga



Viola,  
Axel  
Volleyball



v. Saldern, Albrecht  
1. Kulturwart  
Ältestenrat  
Wanderwart



Wallrafen,  
Aileen  
Gerätturnen



Wallrath,  
Jeannine  
Kinderturnen



Walter,  
Dominik  
Volleyball  
Jungenturnen

## Das Mitarbeiterteam



Walter-  
Stoltenberg,  
Isabell  
Kinderturnen



Weimann,  
Dmitri  
Webmaster



Ehrenmitglieder:  
v.l.n.r.: Emil Reyermann, Bärbel Michel,  
Heinz Pudeg, Marlies Pudeg, Sieglinde  
Hirthe, Hermann Hirthe.  
Es fehlt: Albrecht von Saldern

beraten · planen · bauen

HAMBLOCH

WIR BAUEN FISCHELN EIN GESICHT!

Info: 02151 3093-0  
www.hambloch.de



AUSGESUCHTE WEINE

Norbert Pohl

*Ihr Partner für Wein & Genuss*

ANRATHER STRASSE 291  
47807 Krefeld-Fischeln  
Tel. 021 51/30 79 40

AM HOHEN HAUS 2  
47799 Krefeld  
Tel. 021 51/2 56 56

[WWW.AUSGESUCHTE-WEINE.DE](http://WWW.AUSGESUCHTE-WEINE.DE)

## Eltern-Kind-Turnen



Drei Eltern-Kind-Gruppen gibt es mittlerweile im Fischelner Turnverein. Die Kleinsten bilden damit die größte Gruppe im Bereich des Kinderturnens. Ihre Übungsleiterinnen Stephanie Bendt, Brigitte Kox und Jeannine Wallrath denken

sich jede Woche tolle Bewegungslandschaften aus, um für jeden Turncharakter das Richtige dabei zu haben. Die Kinder sind zwischen ein und drei Jahre alt, jüngere Krabbelgeschwister sind aber ebenso dabei wie ältere, die eigentlich schon in die Vorschulturngruppe gehen könnten, es mit Mama/Papa/Oma/Opa aber noch sooo schön finden.

Eingerahmt von den Begrüßungs- und Abschiedsliedern „Hallo, hallo, schön, dass ihr da seid ...“ und „Die Uhr schlägt bum, die Zeit ist um ...“ rennen, klettern, hangeln, rutschen, kriechen, springen, rollen, hüpfen und schaukeln die Kinder mit ihren Eltern und auch Großeltern durch die Halle. Neben der Förderung von Spaß und Freude an der Bewegung werden hierbei auch die motorischen Grundfähigkeiten wie Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Beweglichkeit und Koordination geschult.

Zum Aufwärmen kommen Säckchen, Reifen, Seile, Medizinbälle, Klangstäbe, Schwungtuch oder auch Luftballons zum Einsatz, am liebsten mit Musik und in eine Geschichte verpackt. Nach der Aufwärmphase werden mehrere Stationen als ein offen gehaltenes Bewegungsangebot aufgebaut, an denen die Kinder mit Unterstützung ihrer Eltern frei turnen können: Balancieren über die Wackelbrücke, ein mutiger Sprung vom Kasten auf die dicke Weich-



## Eltern-Kind-Turnen

bodenmatte, schaukeln an Tauen und Ringen, das Geheimnis des Mattentunnels ergründen oder durch Reifen hüpfen sind nur einige Beispiele, zu denen die Übungsleiterinnen turnerische Anregungen geben. Und natürlich haben auch hier die Bälle eine magische Anziehungskraft! Auch Mottostunden zu den Jahreszeiten oder Feiertagen sind bei Klein und Groß sehr beliebt. Genauso wie der „Besuch“ im Zoo, im Schwimmbad, am Meer oder auf dem Bauernhof.

Gemeinsam mit den Eltern fördern wir den Spaß der Kinder an der Bewegung, lassen sie soziale Erfahrungen sammeln und entwickeln ihre Kontaktfähigkeit. Durch die Bewegungsabläufe werden Motorik und Selbsterfahrung gefördert, durch das Erkennen und Beobachten anderer Kinder die Entwicklung sozialer Kompetenz unterstützt. Abwechslung und Vielfalt beleben die Neugier und die Lust an der Entdeckung von Neuem. Aber auch die emotionalen Erfahrungen durch Erfolg und Misserfolg, Überwindung von Schwierigkeiten und Ängsten sowie das tolle Gruppengefühl sind wichtige Bestandteile, die der Sport bei uns zur Entwicklung von Kindern beitragen kann.

Eltern-Kind I	Mo.	15.00-16.00 Uhr	TH Wimmersweg
Eltern-Kind II	Die.	16.00-17.00 Uhr	TH JZ
Eltern-Kind IV	Fr.	15.00-16.00 Uhr	TH Wimmersweg

## Vorschulturnen



Die kreativen Turnstunden von Andrea Gerdvilas, Silke Glomb und ihren Helfern richten sich an Kinder im klassischen Kindergartenalter, also zwischen drei und sechs Jahren. Nach der Begrüßung beginnt die circa 10 - 15-minütige Aufwärmphase. Hier arbeiten wir mit Kleinge-

## Vorschulturnen

räten wie zum Beispiel Tüchern, Bällen, Reifen oder dem großen Schwungtuch und bringen den Kindern die ersten Teamspiele bei.



Manchmal gibt es auch einen „Ausflug“ in den Zoo oder das Weltall, aber egal, ob sie nun wie die Tiger schleichen, wie Elefanten trampeln oder wie die Schlangen kriechen, ob sie sich groß wie die Giraffen machen oder klein wie eine Maus, auf den Fersen gehen wie die Pinguine oder flitzen wie eine Rakete, sich in einen Raumanzug zwängen, schwerelos durch das All treiben, Außerirdischen begegnen – alle Bewegungsformen vorwärts, rückwärts, seitwärts, Ausdauer, Gleichgewicht, koordinative Fähigkeiten und Körperwahrnehmung werden spielerisch trainiert und die Muskulatur so auf die nachfolgenden Geräte vorbereitet.

In leistungsgleiche Kleingruppen aufgeteilt lernen die Kinder anschließend die verschiedenen Turngeräte kennen. Sie rennen, springen, klettern, hangeln, schaukeln und entwickeln so Kraft, Mut, Selbstvertrauen, Geschicklichkeit und vieles mehr. Auch das Sozialverhalten wird geschult, denn Einhaltung von Regeln, Teamarbeit, Rücksicht auf Schwächere, Geduld beim Anstehen am Gerät, Fairness im Spiel und Disziplin gehören ebenso dazu.



Neben der Förderung der motorischen und sozialen Entwicklung der Kinder, ist es den Übungsleiterinnen sehr wichtig, dass die Kinder bei allem viel Spaß an der Bewegung und dem Sport im Verein haben.

Vorschulturnen I	Mo.	15.00-16.00 Uhr	TH Wimmersweg
Vorschulturnen II	Fr.	15.00-16.00 Uhr	TH Wimmersweg

## Grundschulturnen Mädchen

Ungeduldig warten circa 30 Mädchen zwischen sechs und neun Jahren darauf, dass die Vorschulkinder ihr Abschiedsritual im Tor beenden, denn dann „gehört“ ihnen die Halle für die nächsten eineinhalb Stunden. Haargummi drin, Kaugummi raus, Schmuck abgelegt? – Schon kann es losgehen.

Auch in dieser Gruppe beginnen die Übungsleiterinnen Andrea Gerdvilas und Dorothee Mues mit einer gründlichen Aufwärmphase, in die wahlweise Bewegungsspiele mit und ohne Musik, Kleingeräte wie Seilchen, Reifen, Bälle oder Übungen auf der langen Mattenbahn eingebunden sind. Fehlen dann noch einzelne Muskelgruppen, die für das nachfolgende Turnen an den Geräten erforderlich sind, werden diese gezielt in einer kurzen Gymnastik trainiert. Hier legen wir auch bereits großen Wert auf die richtige Ausführung der Übungen, um eine mögliche Fehlhaltung zu verhindern.



Anschließend teilen wir die Mädchen unter größtmöglicher Berücksichtigung einerseits von Freundschaften untereinander und Vorlieben für die Trainerinnen andererseits in altersgleiche Gruppen auf. In diesen Kleingruppen geht es nun im 10 – 15-minütigen

Wechsel an die aufgebauten Geräte, wie Kasten, Reck, Barren, Schwebebalken, Ringe, Sprossenwand, Bodenbahn oder Taue. Hier finden die Kinder jede Woche eine andere Kombination vor, so dass das Turnen abwechslungsreich bleibt, Lieblingsgeräte aber immer wieder dabei sind. Dabei achten wir bei den Übungen darauf, dass die Mädchen in jeder Turnstunde Erfolgserlebnisse haben, ohne sie zu überfordern. Ein „Das kann ich aber

## Grundschulturnen Mädchen

nicht“ wird mit einem „Toll, dann lernst du heute ja etwas Neues“ beantwortet und damit positiv bewertet. So wird ein Angstgefühl liebevoll zu einem Erfolgserlebnis geführt und das Selbstbewusstsein des Mädchens gestärkt. Durch ausgewählte Übungen vom Einfachen zum Schwierigen führen wir unsere Turnkücken spielerisch an die Wettkampfübungen des Deutschen Turnbundes heran.



Gleichzeitig fördern wir das soziale Miteinander in der Gruppe, lehren Rücksichtnahme, Fairness und Disziplin, loben gute Leistungen, ermuntern Schwächere und haben für jede kleine Blessur ein Kühlpäckchen und tröstende Worte parat. Mit einem fröhlichen „Feierabend! Tschüss, bis nächste Woche!“ geht die Turnzeit um halb sechs viel zu schnell zu Ende und die nächste Gruppe wartet ungeduldig darauf, die Halle zu erobern.

Grundschulturnen/w Fr. 16.00-17.30 Uhr TH Wimmersweg

## Grundschulturnen Jungen

Dürfen wir uns vorstellen? Wir sind die Jungsbändiger! Michael Heinrichs (ÜL), Felix Puschner (ÜL) und Dominik Walter (Helfer) bringen jeden Freitag in der Turnhalle am Wimmersweg mehr als 30 Jungs in Bewegung. In zwei Gruppen (von 16 – 17:30 Uhr für die 5 – 7-Jährigen und von 17:30 – 19 Uhr für die 8 – 12-Jährigen) lernen sie unter fachkundiger Leitung die Turngeräte kennen und bekommen Spaß an Bewegung vermittelt.

Allerdings wird das „klassische“ Gerättturnen von den meisten Jungen nicht mehr gewünscht; Fabian Hambüchen und Marcel Nguyen sind bei Jungen in diesem Alter keine bekannten Namen und keine Idole mehr. Also verwenden wir die gleichen Geräte, wie z. B. Reck, Kasten, Boden, Ringe und vermitteln den Kindern die Abläufe über Bewegungslandschaften und nicht an Einzelgeräten.

## Grundschulturnen Jungen

Ob in spielerischer Form, an Gerätekombinationen oder an Kleingeräten, die Bewegungsabläufe und Übungen kehren immer wieder, aber in ganz verschiedenen Formen, so dass diese Übungen später ein großes Ganzes ergeben. Dadurch ist das Ergebnis ähnlich wie beim olympischen Gerätturnen: Schulung von Kraft, Ausdauer, Koordination, Gleichgewicht und Reaktionsvermögen ebenso wie Disziplin und Sozialverhalten. Durch diese immer wieder kehrenden Prozesse sieht man bei jedem Kind nach einer gewissen Zeit die persönliche Verbesserung bzw. den einzelnen Fortschritt. So würde Gerät-Turnen für Jungs bei uns besser „Jungs in Action und Bewegung“ heißen und gleichzusetzen sein mit „Turn-Spaß unter Freunden“.



An manchen Tagen stellen wir aber auch einen ausgeprägten Bewegungsdrang bei „unseren“ Jungs fest. Dann merken wir besonders, dass es Freitag ist, dass eine Woche lang stillsitzen in der Schule und vielleicht noch schlechtes Wetter den Kindern genug Geduld abverlangt hat, und so werfen wir unsere Trainingspläne für diese Stunde spontan über Bord und lassen die Jungs toben, toben, toben.

Gut, dass unser Schrank bestens gefüllt ist mit Rollbrettern, Pedalos, Softthockschlägern und natürlich Bällen! Lauf- und Reaktionsspiele wie „Feuer-Wasser-Sturm“ oder „Sockenball“ ergänzen manche Stunde und auch die alten Spiele wie „Wenn der Kaiser ins Land kommt...“ werden immer wieder gewünscht.

Unser Ziel ist erreicht, wenn alle ausgepowert und glücklich nach Hause gehen und sich mit einem fröhlichen „tschüss bis nächste Woche“ verabschieden.

Grundschulturnen /m	Fr.	16.00-17.30 Uhr	TH Wimmersweg
Grundschulturnen /m	Fr.	17.30-19.00 Uhr	TH Wimmersweg

## Hip-Hop



Diese Gruppe besteht zurzeit aus 7 tanzbegeisterten Mädchen im Alter von 9 bis 11 Jahren. Auch wenn bei der Trainerin Marie Carbone Spiel und Spaß ganz oben stehen, wird dennoch das Ziel, die Kinder in Rhythmik, Taktgefühl und in den Bewegungsmöglichkeiten des eigenen Körpers zu schulen, nicht aus den Augen verloren.

Die Aufwärmung findet immer mit einem Spiel statt, in dem die Mädchen sich schon etwas auspowern können und alle tanzrelevanten Muskeln und Gelenke sowie das Herz-Kreislauf-System auf Touren gebracht werden. Danach geht es zum eigentlichen Tanzen über. Als musikalische Grundlage dienen hier weniger reine Hip-Hop-Songs sondern vielmehr die deutschen und internationalen Charts, die für die Mädchen einen hohen Wiedererkennungswert haben und daher mit viel Spaß „betanz“ werden.



Für mehr Abwechslung werden lieber mehrere kleine Choreografien einstudiert, statt einer langen. Eine besondere Herausforderung aber auch ein großer Spaß ist es, wenn die Mädchen eigene Tanzschritte entwickeln. Die Trainerin gibt dafür eine gewisse Zeitspanne vor, in der die Tänzerinnen ihrer Phantasie und Kreativität freien Lauf lassen können, und baut dann die Eigenkreationen in die Tänze ein. Da das Gruppenklima sehr harmonisch ist, werden die Ideen von allen begeistert aufgenommen, was den Fortschritt der jeweiligen Choreografie beflügelt.

Alle Mädchen verstehen sich gut, respektieren sich und gehen aufeinander ein. Auch neue Tänzerinnen werden direkt integriert und akzeptiert. Wenn sich tanzbegeisterte Mädchen oder auch Jungen jetzt angesprochen fühlen, sind sie zu einem Probetraining herzlich eingeladen.

HipHop	Fr.	16.15-17.15 Uhr	GK von-Ketteler-Str.
--------	-----	-----------------	----------------------

**FRISCH – FROMM –FRÖHLICH – FREI**

Jeder Turner kennt den Wahlspruch von Turnvater Jahn. Er zielt seit Ende des 19. Jahrhunderts viele Vereinsfahnen und -wappen und er gilt auch noch heute. Wir wollen die 4F auch neu interpretieren:

**FIT – FAIR- FAMILIÄR – FRECH**


**FIT** wie unsere „Senioren“: Die Erwachsenen treffen sich montags, einige sind schon seit vielen Jahren dabei, andere sind beruflich oder für das Studium in die Stadt gekommen und haben bei uns eine nette Truppe und eine Trainingsmöglichkeit gefunden. Männer und Frauen ab 18 Jahre trainieren gemeinsam. Regelmäßig werden auch angehende Sportstudenten auf die anstehende Aufnahmeprüfung vorbereitet. Neben den altbekannten Geräten findet unser Airtrack großen Anklang. Auf der „Hüpfburg“ für Turner können alte und neue Bewegungsabläufe geübt werden. Vieles verlernt man nicht und auf diesem tollen Untergrund geht es auch nach vielen Jahren fast wie von selbst. Ungewohnt waren auch die ersten Sprünge über den

Sprungtisch. Das moderne Gerät ersetzt seit einigen Jahren das altgediente Pferd.

**FAIR** wollen wir natürlich immer sein, besonders auf den Wettkämpfen: Lange Zeit wurden Wettkämpfe eigentlich nur im Rahmen von Turnfesten absolviert. Im Jahr 2000 hat zum ersten Mal eine Mannschaft beim Cilly-Knaust-Pokal teilgenommen. Inzwischen ist es schon zur Tradition geworden und auch in diesem Jahr wollen wir wieder eine Mannschaft melden. Bei diesem Wettkampf bilden



Turnerinnen und Turner aller Altersstufen eine Mannschaft. Je vielseitiger, desto besser! Der FTV ist für viele wie eine große Familie.

**FÄMILIÄR** geht es nicht nur auf den Wettkämpfen und beim Training zu. Besondere Veranstaltungen sind die Turnfeste, egal ob die kleinen in den Bundesländern oder die großen Deutschen Turnfeste. Fast jeder, der schon einmal dabei war, wird vom Turnfest-Virus infiziert und macht es möglich, auch beim nächsten mit von der Partie zu sein. Die Turnfestler freuen sich schon jetzt auf das Großereignis 2017 in Berlin.



Das gute soziale Miteinander der Turner spürt man auch an der Bereitschaft der jugendlichen Turnerinnen sich als Helferinnen in den Kindergruppen einzubringen und damit den Nachwuchs zu fördern. Leider verlieren wir

sie häufig, wenn ihre Ausbildungen sie aus Krefeld fortführen.

**FRECH** und hochmotiviert erobern unsere jungen Turnerinnen die Halle: Immer freitags wimmelt es nur so vor kleinen und größeren Turnerinnen in der Wimmersweg-Halle. Allen gemeinsam ist die Freude sich an den klassischen Turngeräten Balken, Reck bzw. Barren, Pferd und Boden auszuprobieren und mit Hilfe der Trainerinnen die eigenen Ziele zu erreichen. Die Jünge-

## Gerätturnen

ren bewundern die Älteren und haben mindestens den Wunsch all das zu können, was diese schon beherrschen.

Die Gruppe für Mädchen ab 9 Jahre ist in den letzten 10 Jahren stark gewachsen, inzwischen trainieren dort regelmäßig mehr als 40 „junge Damen“. Wer gerne noch ein zweites Mal in der Woche über den Balken balancieren oder um die Reckstange wirbeln möchte, kann seinem Hobby mittwochs in der MSM-Halle nachgehen.



Für viele ist das Verbands-Kinderturn- und Spiel-fest ein Höhepunkt im Sportjahr. Regelmäßig belegt der FTV erste Plätze und inzwischen konnte die Mannschaft auch schon mehrmals den Wanderpokal mit nach Hause nehmen, zuletzt im Jahr 2014.



Alle Mädchen, die aus dem Grundschulturnen „herausgewachsen“ sind, sich aber nicht nur auf die 4 Geräte (Sprung, Stufenbarren, Boden und Schwebebalken) beschränken möchten, haben immer dienstags in unserer Breitensportgruppe Zeit, auch mal Pyramiden zu bauen oder verschiedene (Ball-)Spiele auszuprobieren.

Gerade die Ballspiele würden noch wesentlich mehr Spaß machen, wenn noch einige Mädchen hinzukommen würden.

Gerätturnen w	Fr.	17.30 – 20.00 Uhr	TH WIM
	Mi.	18.30 – 20.30 Uhr	TH MSM
Gerätturnen m	Fr.	18.30 – 19.00 Uhr	TH WIM
Breitensport w	Die.	17.00 – 18.30 Uhr	TH JZ
Gerätturnen Erw.	Mo.	20.00 – 22.00 Uhr	TH MSM

*„Nah sein!“*

Bernd Thelen  
Geschäftsstellenleiter  
Geschäftsstelle Fischeln

**Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.**

Wir sind da Zuhause, wo Sie es sind. **Wir machen den Weg frei.**

*Hier sind wir fest verwurzelt.  
Hier kennen wir uns aus.  
Wir sind da, wo Sie uns brauchen.*

[www.vbkrefeld.de](http://www.vbkrefeld.de) **Volksbank Krefeld eG**



Markus Schulz  
Kölner Straße 502  
47807 Krefeld

Telefon  
02151 / 30 13 33  
30 13 21

Telefax  
02151 / 30 42 30

Möbelspedition

- Umzüge (Europaweit)
- Nachlassauflösungen
- Lagerung
- Computer-Transporte



- Entwicklung und Förderung des persönlichen Lernpotenzials
- Lerntherapie bei AD(H)S, Legasthenie/ Lese-Rechtschreib-Schwäche und Dyskalkulie/Rechenschwäche
- Konzentrations-, Entspannungs- und Gedächtnistraining
- Beratung und Hilfe bei Prüfungsstress
- Lernpotenzial-Diagnostik
- Unsere Kunden kommen aus allen Altersstufen – (Vor-) Schulkinder, Jugendliche, Erwachsene und Senioren

 **KOCH Lerntherapie**  
Zentrum für ganzheitliches Lernen

Marienstraße 116  
Tel. 02151 30 18 05  
info@koch-lerntherapie.de  
www.koch-lerntherapie.de

**WIRTZ**  
WERKZEUGBAU

Tel: 31 97-0

Wir bilden aus:

- **Werkzeugmacher**
- **Industriemechaniker**
- **Zerspanungsmechaniker**
- **Mechatroniker**

*Wir gratulieren dem  
Fischelner Turnverein 1905 e.V.  
zum 110-jährigen Bestehen!*

**TRIMPOP**  
Friseurteam  
*Wo man sich trifft*

Kölner Straße 546 – Fischeln  
Telefon: 02151 – 30 24 03

**TRIMPOP**

Immobilien- und  
Unternehmens-Beratung GmbH

Kölner Straße 546 – Fischeln  
Telefon: 02151 – 36 99 88 0



Donnerstags in der Zeit von 17:00 Uhr bis 20:00 Uhr findet das Leichtathletiktraining des FTVs statt. In den ersten 90 Minuten absolvieren die Kinder von ca. 6 - ca. 10 Jahren das Training. Die 11-jährigen und Älteren trainieren dann im Anschluss. Da beim FTV

Breitensport angeboten wird, stehen bei beiden Gruppen das Miteinander und der Spaß an der Leichtathletik im Vordergrund.

Unser Trainingsprogramm ist jahreszeitabhängig. Während der „Freiluftsaison“, die in der Regel nach den Osterferien beginnt und nach der Zeitumstellung im Herbst endet, finden die Übungsstunden auf der Bezirkssportanlage statt. Dort erlernen die Kinder die Grundlagen der Leichtathletikdisziplinen Laufen, Springen und Werfen. Das richtige Laufen wird vermittelt, auf der Wiese wird koordinativ gearbeitet und im Schlagball Erfahrungen gesammelt. Dabei wird auch die Kondition trainiert. Auch die Weitsprunggrube steht uns natürlich zur Verfügung und wird von den Kindern gerne genutzt. Immer wieder machen wir mit den jungen Kindern einen Ausflug in das Gelände an der Schule. Dieses Abenteuer wird gut angenommen. Die Koordination, Kondition, der Reflex und die Sozialkompetenz werden geschult. Denn dabei müssen die Kinder darauf achten,



- wohin sie laufen (Durch welche Lücke im Gebüsch passe ich durch? Ist der Vordermann abgebogen? usw.)

- wohin sie laufen (Durch welche Lücke im Gebüsch passe ich durch? Ist der Vordermann abgebogen? usw.)

- wie der Untergrund ist (Sind Steine oder Kaninchenlöcher im Weg?)
- und selbstverständlich dass kein Kind zurückbleibt.

Das Wintertraining in der MSM Halle beinhaltet bei der älteren Gruppe Kraft- und Techniktraining, während in der jüngeren Gruppe Laufspiele und Zirkel zum Einsatz kommen.

Da der Herbst uns oft schöne Nachmittage beschert, beginnt das Training der Hallensaison bei trockenem Wetter mit dem Einlaufen im Gelände, sodass die in den Sommermonaten „erarbeitete“ Leistung einigermaßen erhalten bleibt.



Zum Abschluss der Stunde dürfen die Kinder sich dann noch ein Sportspiel aussuchen, welches die Koordination und die Ausdauer fördert und für einen guten Gruppenzusammenhalt sorgt.

Und selbstverständlich gehen wir auf Wunsch mit den Kindern zu den Wettkämpfen, wie z. B. Schülerwaldlauf im Frühjahr, Bösinghovener Sommerlauf und Martinscross im Herbst. Die bisherigen Ergebnisse konnten sich sehen lassen. Jeder kann, aber keiner muss an den Wettkämpfen teilnehmen. Bei uns kann auch einfach nur so Sport gemacht werden.

LA ab 6 Jahre	Donnerstag	17.00-18.30 Uhr	TH MSM/ Sportplatz
LA ab 11 Jahre	Donnerstag	18.30-20.00 Uhr	TH MSM/ Sportplatz

## Triathlon

Triathlon und der Fischelner Turnverein - ein nunmehr fast zweijähriges Vergnügen für Breitensportler ab ca. 14 Jahren, welche ihre körperliche Fitness in einer netten Atmosphäre verbessern wollen. Was würde hier besser passen, als Schwimmen, Radfahren und Laufen. Oder kurz eben „Triathlon“, ein Training für den ganzen Körper, viele Muskelgruppen und insbesondere das Herz-Kreislaufsystem.



Unser Triathlon-Team besteht aus Anfängern, Hobbyausdauersportlern bis hin zu ambitionierten Startern bei Wettkämpfen. Im Vordergrund stehen jedoch nicht der Leistungsgedanke, sondern das Training in der Gemeinschaft, der Erfahrungsaustausch, das Erlernen einer effizienten Technik und der Spaß an der vielseitigen Bewegung. Daher trainieren wir bisher alle gemeinsam unter fachkundiger Anleitung von Trainern. Wer nicht alle drei für den Triathlon relevanten Disziplinen, Laufen, Radfahren und Schwimmen trainieren möchte, kann sich auch für einzelne Disziplinen anmelden und/oder eine Kurzmitgliedschaft erwerben.

Die Gruppe, in der auch der Spaß und die Bewegung an der frischen Luft im Vordergrund stehen, trifft sich immer montags zum Lauftraining. Das Training wird von zwei Trainerinnen gemeinsam betreut. Hier geht es nicht um die Absolvierung eines langen Laufes, sondern ein 1,5 stündiges Programm

## Triathlon

aus Aufwärmen, Lauf-ABC, Aufbau der Schnellkraft und natürlich Lauf-Technik. Unser Triathlon-Team nimmt auch gerne reine Läufer auf, die sich z.B. auf einen Volkslauf oder Marathon vorbereiten wollen.

Mittwochs geht es dann nach Absprache aufs Rad. Wir treffen uns auf dem Parkplatz des Maria-Sibylla-Merian Gymnasium auf der Johannes-Blum-Straße. Zusätzlich verabredet man sich z.B. am Wochenende zu längeren Radausfahrten und Radtourenfahrten (RTF) in der Umgebung. Das Schwimmtraining findet immer freitags im Fischelner Bad nach Anleitung statt.



In diesem Jahr wird der Fischelner Turnverein auch wieder den Krefelder Hospizlauf am 27. September 2015 mit einem Startpunkt am Grundend und einem Zwischeneinstieg im Fischelner Stadtpark unterstützen. Hier bringen sich unsere Triathleten als Teamführer oder Begleitläufer ein.

Die Anzahl der Teilnehmer unserer Gruppe ist noch überschaubar und freut sich über Gleichgesinnte. Alle sind sehr motiviert und engagiert und haben sich intensiv an den Vorbereitungen der Kooperationsveranstaltung Swim, Run & Fun mit dem SV Neptun am 15. August 2015 beteiligt um, diese Sportart in Fischeln der Öffentlichkeit vorzustellen und zum Mitmachen einzuladen. Wir hoffen, es ist ihnen und uns gelungen.

Laufen	Mo.	18.00 – 19.30 Uhr	Sportplatz
Radfahren	Mi.	18.00 – 19.30 Uhr	Parkplatz MSM
Schwimmen	Fr.	20.00 – 21.00 Uhr	Fischelner Bad

## Schwimmen

Nun ist es bald 15 Jahre her, dass Fischeln sein eigenes Schwimmbad bekam. Die Freude war groß, standen doch die Schwimmzeiten im Krefelder Stadtbad nicht mehr zur Verfügung. Die Nachfrage nach Schwimmzeiten war groß, insbesondere natürlich von Vereinen, die den Schwimmsport als Wettkampfsport betrieben. Diese Vereine wurden bei der Vergabe von der Stadt Krefeld vorrangig behandelt.

Im Fischelner Turnverein wurde zum damaligen Zeitpunkt Schwimmen als Freizeitsport, aber immer schon mit dem Schwerpunkt der Vorbereitung auf das Sportabzeichen, betrieben und erhielt leider nur eine einzige Stunde Schwimmzeit auf drei Bahnen. Für die damaligen Verhältnisse war dies auch in Ordnung, denn einen Trainer für Wassergymnastik stand nicht mehr zur Verfügung. Seitdem treffen sich unsere Wasserratten freitags abends von 20.00-21.00 Uhr, ziehen ihre Bahnen und können sich von der Trainerin Daniela Gerhards den einen oder anderen technischen Verbesserungsvorschlag geben oder die Zeit nehmen lassen.

Mit dem Aufbau der Triathlongruppe begann es etwas enger zu werden. Die Triathleten trainieren auf eine andere Art. Da sie beim klassischen Triathlon beim Laufen und beim Radfahren schon sehr stark ihre Beine beanspruchen, sollte beim Schwimmen die Kraft eher aus den Armen kommen. Daher ist ein gemeinsames Training schwierig. Bisher haben alle Bemühungen, eine weitere Schwimmeinheit in Krefeld zu bekommen, keinen Erfolg gehabt. Wir hoffen, dass sich dies, insbesondere, wenn unsere Triathlonabteilung größer wird, doch noch ändern wird.

Schwimmen	Freitag	20.00-21.00 Uhr	Fischelner Bad
-----------	---------	-----------------	----------------

## Sportabzeichenabnahme

Seit einigen Jahrzehnten unterstützt der Fischelner Turnverein den Stadt-sportbund Krefeld bei der Abnahme der Sportabzeichen. Unsere Abnehmer stehen für das Schwimmen, die leichtathletischen Disziplinen und das Gerätturnen zur Verfügung.

Gerätturnen	Mo.	20.00-22.00 Uhr	Halle MSM
Leichtathletik	Mo.	17.30-19.00 Uhr	Sportplatz
Schwimmen	Fr.	20.00-21.00 Uhr	Fischelner Bad

## Krankengymnastikpraxis Johannes Kolder

- neurologische Behandlung Erwachsener
- man. Lymphdrainage
- Krankengymnastik
- Massage
- Hausbesuche

*Wir wünschen  
dem FTV  
ein sonniges Jubiläumsfest!*

Kölner Straße 526 · 47807 Krefeld-Fischeln · Telefon 021 51/30 12 23

### Teppichbodenfachhandel Ante

Bodenbeläge aller Art

**Serviceangebote ohne Berechnung:** Bereitstellung von Mustern, Aufmasserstellung vor Ort inkl. Kostenvoranschlag, Lieferung frei Haus.

## Wir wünschen allen ein frohes und sonniges Jubiläumsfest!

Geschäftszeiten: Mo. – Fr. 14.00 – 18.00 Uhr · Sa. 9.00 – 13.00 Uhr  
Krefeld-Fischeln · Clemensstraße 9 · Tel. 021 51/3074 82 · Fax 3075 82

# FLAMMKUCHEN



Helmut Dörkes

Wimmersweg 24a  
47807 Krefeld

Tel. 01722019552

Info@doerkes-flammkuchen.de  
www.doerkes-flammkuchen.de

90 Jahre KFZ-Meisterbetrieb



## Auto-Reparaturen Fastje

Alle Typen, spez. Mercedes  
Unfallreparatur, TÜV im Hause

KREFELD-FISCHELN  
Kölner Straße 500 · Telefon 302598



Das Team vom U76 gratuliert dem FTV zum runden Geburtstag

Unsere Spezialität - Idar-Obersteiner Spießbraten vom Grill

Biergarten mit schönem Ambiente

Familienfeiern bis 100 Personen in unserer Trafostation

U76 – Hees 84 – 47807 Krefeld-Fischeln – Tel.: 02151-9341651  
Öffnungszeiten: Mi.-Sa. ab 17:00 Uhr; So. ab 11:30 Uhr

## Il Mulino

Ristorante – Pizzeria



Öffnungszeiten: Montag bis Sonntag von 12.00 bis 14.30 Uhr  
und von 18.00 bis 24.00 Uhr. Dienstag Ruhetag

Clemensplatz 6 · 47807 Krefeld-Fischeln · Telefon 0 21 51 / 30 24 90

FISCHELN

# MAX & MORITZ

CAFE & BISTRO

FRÜHSTÜCK MITTAGSTISCH KUCHEN

KÖLNER STRASSE 558, 47807 KREFELD, TEL.: 02151/6036363  
ÖFFNUNGSZEITEN: MO-FR 9-18 UHR, SA 10-16 UHR, SO UND FEIERTAGS 14-18 UHR



Es begann im Jahr 1999 als sich ein paar basketballbegeisterte Jugendliche zusammenfanden, um diesen amerikanischen Ballsport zu zelebrieren. Ausdauer, Athletik und Geschick sind nur einige der Eigenschaften, die ein erfolgreicher Basketballspieler aufweisen muss.

Trainiert wurde diese

noch recht kleine Truppe von Frank Schumacher, einem ehemaligen Spitzensportler. Schon damals tat sich die Mannschaft als ernstzunehmender Gegner hervor. Die Abteilung trainierte mit viel Eifer und Leidenschaft, was schnell zu ersten Erfolgen führte.

Leider musste Frank Schuhmacher die Basketballabteilung aus beruflichen Gründen verlassen. Schmerzlich vermisst, wurden die Basketballer von verschiedenen Trainern unterstützt, die dabei halfen, diese schwierige Phase zu überbrücken.

Durch den damaligen Vorsitzenden und bekennenden Basketballfan Albrecht von Saldern bestärkt, erklärte sich Benjamin Just letztendlich bereit einen Trainer-Lehrgang zu besuchen, um den Fortbestand der Abteilung zu sichern. Benjamin Just, ein FTV Basketballer der ersten Stunde hat es mit Hilfe der damaligen Assistenztrainer Philipp Krauß und Fabian Köffers geschafft, eine wettbewerbsfähige Truppe aufzustellen, die sich mit Spaß und Freude immer wieder athletischen Herausforderungen stellte.



Anfangs kaum wahrgenommen, ist der FTV seit Jahren in der Kreisliga ein ernstzunehmender Gegner. Einem möglichen Aufstieg in die Bezirksliga sehen die Basketballer gelassen entgegen. Mittlerweile stellt der FTV jedes Jahr 3-4 Teams für die Kreisliga auf, die von Benjamin Just, Demir Alija und Philipp Demandt betreut werden. Die Spieler freuen sich immer auf Verstärkung, Interessierte dürfen jederzeit unangemeldet bei einem Schnuppertraning mitmachen. Es werden keine Vorkenntnisse benötigt, Anfänger sind genauso willkommen wie alte Hasen.



Der FTV bietet denen, die sich in die Trainingsarbeit und den Spielbetrieb des Vereins einbringen möchten, die Möglichkeit, an Trainer- und Schiedsrichterlehrgängen teilzunehmen, um die fachlichen Kompetenzen der Mitglieder zu stärken und diese verstärkt in den Spielbetrieb einzubinden. Abseits der Halle herrscht ebenfalls ein starkes Miteinander, das sich in gemeinsamen Aktivitäten, wie Abschlussfeiern und Teamabenden äußert.

Die Basketball-Abteilung freut sich darauf, zusammen mit dem FTV 1905 das 110-jährige Jubiläum begehen zu dürfen und wünscht sich weitere Jahre des sportlichen Erfolgs.

Basketball - Jugend	Mo.	17.00 – 18.30 Uhr	TH MSM
	Fr.	14.45 – 16.45 Uhr	TH HSH
Basketball U20/Herren	Mo.	20.00 – 22.00 Uhr	TH HSH
	Fr.	18.00 – 20.00 Uhr	TH HSH
	Sa.	10.00 – 12.00 Uhr	TH HSH

<b>I. Gerätturnen</b>		<b>FW Anja Michel</b>	<b>Tel.: 36 63 79</b>
01. Leistungs- u. Gerätturnen (w)	TH MSM	MI	18:30 - 20:30
02. Gerätturnen (w)	TH Wimmersweg	FR	17:30 - 20:00
03. Gerätturnen (m)	TH Wimmersweg	FR	18:30 - 19:00
04. Breitensport (w) (ab 9 J.)	TH Wilhelmstr.	DI	17:00 - 18:30
05. Gerätturnen (Erw.)	TH MSM G1	MO	20:00 - 22:00

<b>II. Kinderturnen</b>		<b>FW Stephanie Bendt</b>	<b>Tel.: 51 28 73</b>
01. Eltern-Kind I	TH Wimmersweg	MO	15:00 - 16:00
02. Eltern-Kind II	TH Wilhelmstr.	DI	16:00 - 17:00
03. Eltern-Kind IV	TH Wimmersweg	FR	15:00 - 16:00
04. Vorschulkinder I	TH Wimmersweg	MO	15:00 - 16:00
05. Vorschulkinder II	TH Wimmersweg	FR	15:00 - 16:00
06. Mädchenturnen (6-10 J.)	TH Wimmersweg	FR	16:00 - 17:30
07. Jungenturnen (5-8 J.)	TH Wimmersweg	FR	16:00 - 17:30
08. Jungenturnen (ab 9 J.)	TH Wimmersweg	FR	17:30 - 19:00
09. Hip-Hop (ab 8 J.)	GK von-Ketteler	FR	16:15 - 17:15

<b>III. Leichtathletik</b>		<b>FW Felix Puschner</b>	<b>Tel.: 0178/2108255</b>
01. Leichtathletik I (ab 6 J.)	BSA Kölner Str./ MSM	DO	17:00 - 18:30
02. Leichtathletik II (ab 11 J.)	BSA Kölner Str./ MSM	DO	18:30 - 20:00
03. Triathlon	Laufen	Fichtenhain	MO 18:00 - 19:30
	Radfahren	Diverse	MI 18:00 - 19:30
	Schwimmen	Fischelner Bad	FR 20:00 - 21:00
04. Sportabzeichen Mai-Okt.	BSA Kölner Str.	MO	17:30 - 20:00

<b>IV. Basketball (m)</b>		<b>Benjamin Just</b>	<b>Tel.: 36 68 570</b>
01. Basketball U14/ U16	TH MSM	MO	17:00 - 18:30
	TH Hafelsstr.	FR	14:45 - 16:45
02. Basketball U18	TH Hafelsstr.	FR	18:00 - 20:00
03. Basketball U18/ Herren	TH Hafelsstr.	MO	20:00 - 22:00
	TH Hafelsstr.	SA	10:00 - 12:00

<b>V. Schwimmen</b>	Fischelner Bad	FR	20:00 - 21:00
<b>VI. Prellball</b>	TH MSM	MO	20:00 - 22:00

<b>VII. Volleyball</b>		<b>FW Michaela Boecker</b>	<b>Tel.: 30 03 30</b>
01. Jugend (ab 12 J.)	TH MSM G1	MO	18:30 - 20:00
02. Jugend (ab 16 J.)	TH MSM G2	MO	20:00 - 22:00
03. Mixed I , Mixed II	TH Wimmersweg	MI	19:30 - 22:00
04. Mixed (o. Wettkampf)	TH Wimmersweg	MI	20:00 - 22:00
05. Mixed III	TH MSM G1	DO	20:00 - 22:00
06. Mixed IV	TH Hafelsstr.	FR	20:00 - 22:00
07. Mixed V – (Twens.)	TH MSM G2	DO	20:00 - 22:00

<b>VIII. Gymnastik</b>		<b>FW Bärbel Michel</b>	<b>Tel.: 30 30 17</b>
01. Frauengymnastik I	TH Wimmersweg	MO	14:00 - 15:00
02. Frauengymnastik II	TH von-Ketteler	MO	18:30 - 19:30
03. Frauengymnastik III	TH Wimmersweg	MO	20:00 - 21:30
04. Gymnastik mit Musik	TH von-Ketteler	DO	20:00 - 21:30
05. Seniorengymnastik (m/w)	GH von-Ketteler	DI	15:30 - 16:30
06. Aerogym (m/w)	TH Wimmersweg	MO	14:00 - 15:00
07. TAKT (Tänze der Welt)	TH Wilhelmstr.	DO	11:00 - 12:00
08. Die UHUs (Sitzgymnastik)	Nachbarschaftsladen	MI	10.00 - 11.00

<b>IX. Fitness und Gesundheit</b>		<b>FW Bärbel Michel</b>	<b>Tel.: 30 30 17</b>
01. Aerobic I	GH von-Ketteler	MI	19:00 - 20:00
02. Aerobic II	GH von-Ketteler	MI	20:00 - 21:30
03. Bodyfit	GH von-Ketteler	MO	18:30 - 19:30
04. Wirbelsäulengymnastik I	TH Wilhelmstr.	DI	18:30 - 19:30
05. Wirbelsäulengymnastik II	GK von-Ketteler	MI	19:00 - 20:00
06. Wirbelsäulengymnastik III	GK von-Ketteler	MI	20:00 - 21:00
07. Wirbelsäulengymnastik IV	TH Wilhelmstr.	MI	18:00 - 19:00
08. Pilates I	TH von-Ketteler	MO	19:30 - 20:30
09. Pilates II	TH von-Ketteler	MO	20:30 - 21:30
10. Pilates III	TH Wilhelmstr.	DO	10:00 - 11:00
11. Yoga	FamZ Markuskirche	MO	16:45 - 18:15
12. Zumba®-Kurs	GH von-Ketteler	MO	19:30 - 20:15
13. Bokwa®-Kurs	GH von-Ketteler	MO	20:15 - 21:00
14. Jedermänner	TH Wimmersweg	FR	20:00 - 22:00



Mal ehrlich! Hat es Sie nicht auch schon einmal in den Fingern ge- juckt, die Sportart „Volleyball“ einfach mal auszuprobieren? Im Freibad, am Strand oder beim Animationsprogramm im Ur- laubshotel? Vielleicht haben Sie aber auch einfach nur während der Sportübertragung der deut- schen Beachvolleyballer bei Olympia oder unserer National- mannschaften in der Halle bei Europa- oder Weltmeisterschaf- ten mitgefiebert und gedacht: „Das würde mir auch Spaß ma- chen!“. Na dann mal los: Volley-

ball hat beim Fischelner TV schon eine über 30-jährige Tradition und dies liegt vor allem darin begründet, dass Volleyball die Ballsportart für Jedermann ist.

Egal ob in der Halle oder unter freiem Himmel – Volleyball hat sowohl für den ambitionierten Leistungssportler als auch für den spaßorientierten Frei- zeitsportler einiges zu bieten. Neben Schnelligkeit, Ausdauer, Sprungkraft und Beweglichkeit sind Erfahrung, Übersicht, Ruhe und Technik wichtige Eckpfeiler des beliebten Teamsports.

Und gerade in dieser Vielseitigkeit liegt der Grund dafür, dass so viele unterschiedliche Menschen Gefallen am Volleyball finden.



Der Fischelner TV hat sich dieser Vielseitigkeit ebenfalls angepasst und bietet unterschiedlichste Volleyballgruppen an. Dort holen die gut ausgebildeten Übungsleiter die Teilnehmer ganz individuell auf ihrem Leistungsstand ab und helfen dabei, sich individuell zu verbessern. Insgesamt gibt es acht unterschiedliche Trainingsgruppen, von denen fünf eine Mannschaft in der Hobby-Mixed-Staffel des Westdeutschen Volleyballverbandes stellen. In der 3. Liga des Volleyballkreises Krefeld-Viersen spielen die Volleyballer unserer Freitagstrainingsgruppe (FTV 4). In der 2. Liga tummeln sich gleich 3 Mannschaften. Dabei handelt es sich um unsere Mittwochsgruppen (FTV1 und FTV2), sowie der donnerstags trainierende FTV3. Diese Mannschaften sind hinsichtlich Spielstärke und Altersstruktur bunt gemischt und freuen sich über Ihre Verstärkung.



Einige unserer Volleyballer lieben die Herausforderung und die Stimmung bei den Landes- und Deutschen Turnfesten, die im zweijährigen Rhythmus in NRW bzw. irgendwo in Deutschland (2017 in Berlin) stattfinden. Der Zusammenhalt aller Vereinsmitglieder, die Klassenfahrtstimmung in den Schulen, in denen übernachtet wird, die Wettkämpfe, bei denen die verschiedenen Sportler des Vereins die eigenen Teilnehmer anfeuern, die Shows und das Abendprogramm lassen am Ende eines Turnfestes sofort wieder Lust auf das nächste aufkommen.

Sportliches Aushängeschild unserer Volleyballabteilung ist unsere jüngste Mannschaft, die nach behutsamem und konsequentem Aufbau nun den Aufstieg in die höchste Liga des Spielkreises geschafft hat. Sie ist durchwegs mit Jugendlichen und jungen Erwachsenen besetzt, für die neben dem Spaß am Spiel auch leistungsorientierter Volleyball wichtig ist. Die Spieler sind zu-



meist aus unseren zwei Jugendmannschaften hervorgegangen und konnten danach zu einer sehr erfolgreichen Mannschaft geformt werden.

Volleyballinteressierte, die nicht am regelmäßigem Spielbetrieb teilnehmen möchten, sondern für die einzig und alleine der Spaß in den Vordergrund stellen, sind wahrscheinlich bei unseren Breitensportlern am besten aufgehoben. Diese trainieren ebenfalls mittwochs und konzentrieren sich auf einen hohen Spielanteil beim Training.

Die exakten Trainingszeiten, sowie Trainingshallen samt den verantwortlichen Ansprechpartnern können unserem Sportprogramm entnommen werden. Sollten Sie sich unsicher sein, welche Mannschaft für Sie den richtigen Einstieg bietet, können Sie sich natürlich vorab an unsere Geschäftsstelle wenden. Unsere Abteilungsleiterin Volleyball nimmt dann schnellstmöglich mit Ihnen Kontakt auf, um Ihnen eine Gruppe zu empfehlen. Ein kostenloses Schnuppertraining ist natürlich möglich.

Volleyball im Fischelner TV bedeutet Sport für alle Altersklassen und das wird am besten bei unseren beiden Jugendmannschaften deutlich. In den beiden Trainingsgruppen am Montag bieten wir ein Einstiegstraining speziell für Schüler. Hier wird großes Augenmerk auf die Grundlagen in Technik, Spielverständnis, sowie Bewegungskoordination und Reaktionsschnelligkeit gelegt. Unsere jüngsten Teilnehmer der ersten Trainingsgruppe sind 12 Jahre alt und freuen sich darüber mit Schulkameraden oder Freunden, die attraktive Sportart in einer homogenen Gruppe zu erlernen.

Wichtige Grundlagen beim Baggern, Pritschen oder Aufschlag werden hier erlernt und die jungen Spieler werden auf den Einsatz im Spiel vorbereitet.

Die zweite Trainingsgruppe richtet sich an fortgeschrittene Jugendliche ab ca. 16 Jahren. Die bereits erworbenen Grundlagen werden vertieft und das regelmäßige Mitspielen in einer Mannschaft wird erlernt. Dabei steht neben den taktischen Aufstellungen auch das Erlernen der Regeln auf dem Programm.

Natürlich steht in beiden Gruppen noch der Spaß am Spiel im Mittelpunkt, ein Aufstieg in eine unserer Ligamannschaften ist aber auf jeden Fall erwünscht. Dies belegt auch der zuvor geschilderte Erfolg unser jüngsten Leistungsmannschaft, der Fischelner TV 5. Damit der erfolgreiche Nachwuchs nicht ausgeht, suchen die Spieler und Spielerinnen der Jugendgruppen Verstärkung und freuen sich auf neue Mitspieler.



VB Jgdl. I ab 12. J.	Mo.	18.30-20.00 Uhr	TH MSM
VB Jgdl. II ab 16. J.	Mo.	20.00-22.00 Uhr	TH MSM
VB Mixed I. u. II	Mi.	19.30-22.00 Uhr	TH WIM
VB Mixed III	Do.	20.00-22.00 Uhr	TH MSM
VB Mixed IV	Fr.	20.00-22.00 Uhr	TH HH
VB V (Twens)	Do.	20.00-22.00 Uhr	TH MSM
VB (o. Wettkampf)	Mi.	20.00-22.00 Uhr	TH WIM

## Prellball



Kaum einer kennt heute noch Prellball. Leider steht dieses Rückschlagspiel zu sehr im Schatten der prominenten Ballspiele. Dabei hat es das Mauerblümchendasein wahrlich nicht verdient.

Dass ein Turnverein diese Sportart anbietet kommt nicht von ungefähr. Die ersten Dokumentationen im ersten Quartal des 20ten Jahrhunderts deuten an, dass man zur Auflockerung in den Turngruppen eine Bank umdrehte und einen Ball darüber schlug. Erste

Regeln entstanden in der 1930ern. Mit den Jahren entwickelte sich ein richtiger Mannschaftswettkampfsport daraus. Einig Jahre haben auch unsere Prellballer am Wettkampfbetrieb teilgenommen. Inzwischen wird „aus Spaß an der Freud“ gespielt.

Jeden Montag treffen sie sich in der Turnhalle Fungendonk und prellen den Ball über eine gespannte Schnur in das Spielfeld der gegnerischen Mannschaft, welche meist aus drei, besser aus vier Spielern besteht. Der Ball wird ohne jedes Hilfsmittel, also nur mit der Faust oder dem abwärtsgeführten Unterarm geschlagen. Der „Tennischläger“ des Prellballers ist der eigene Arm. Ähnlich wie beim Volleyball gibt es dann die drei Phasen „Annahme, Zuspiel und Rückschlag“, danach muss der Prellball wieder zurückgespielt worden sein, am besten natürlich über die 40cm hoch gespannte Schnur, die auf keinen Fall berührt werden darf. Ein Spiel dauert 2x10 Minuten, gewonnen hat, wer die meisten Punkte hat.



In Krefeld gibt es so gut wie keine Prellballmannschaften mehr. Noch kann der Fischelner Turnverein mit einer Gruppe aufwarten, braucht aber dringend ein paar zusätzliche Spieler. Die Regeln sind schnell zu erlernen, die Technik wird vom Trainer Claus Müller und den Teamkollegen jedem verständlich vermittelt. Wir möchten diesen Sport in Krefeld aufrecht erhalten, neugierig machen und laden jeden, der das einmal ausprobieren möchte ganz herzlich zu ein paar Schnupperstunden ein. Helfen Sie uns eine Traditionssportart am Leben zu halten.

Prellball	Montag	20.00 – 22.00 Uhr	TH MSM
-----------	--------	-------------------	--------

# Aktionstage im Burghof

**Jeden Freitag: ab 17 h**  
**und Samstag's: ab 12 h**

**Jeden Sonntag: ab 12 h**

**Frische Schweinshaxe knusprig gebacken...**

**"Broiler" Tag**  
*in Krefeld einmalig!*

**aus dem Ofen... auf den Tisch!**

**hausmariniertes 1/2 Hähnchen**

**...mit Sauerkraut & Püree 15,50 €**

**...mit Pommes frites 6,66 €**

T +49 21 51 - 30 12 68  
kontakt@zum-fischelner-burghof.de  
www.zum-fischelner-burghof.de

Fischelner Burghof -Gietz-  
Marienstraße 108  
47807 Krefeld

# Echte Meisterleistungen!



- Inspektion
- Achsvermessung
- Bremsen-Service
- Stoßdämpfer-Service
- Fahrwerk-Service
- Auspuff-Service
- Öl-Service
- Batterie-Service
- HU/AU
- Rädereinlagerung
- Klimageservice



Bitte sprechen Sie uns an!

**Diederich & Schmitz GmbH**

Höffgeschhofweg 25 · 47807 Krefeld

Tel: 021 51-39 35 22 · Fax: 31 62 64

- Eigene Polsterei  
Aufarbeitung und Neuanfertigung
- Eigenes Nähatelier  
Gardinen und Dekorationen für Wohn- und Objektbereich
- Eigenes Montageteam  
Markisen & Sonnenschutz  
Tapeten, Teppiche und Teppichböden  
Wohnaccessoires



**HAFELS**  
RAUM AUSSTATTUNG

Kölner Strasse 530-532 · 47807 Krefeld  
fon 02151/ 30 96 0 · fax 02151/ 30 96 26  
info@raumausstattung-web.de

**LEOLUX**  
Polstermöbel

**JAB**  
ANSTÖTZ  
Shop Krefeld

**LAMBERT**  
Shop Krefeld

## PROFESSIONELLE ENERGIEKONZEPTE & KOMPETENTE UMSETZUNG

- ◆ HEIZUNG
- ◆ LÜFTUNG
- ◆ KLIMA
- ◆ SANITÄR



[www.wtk-waermetechnik.de](http://www.wtk-waermetechnik.de)

Obergath 126 · 47805 Krefeld · Tel. 02151 3195-0

Gymnastik tut gut, hält fit und macht Spaß!



Unsere Gymnastikgruppen haben alle ein Ziel: Bewegung.

Bewegung bedeutet fit zu bleiben an Körper, Geist und Seele. Mit schwungvoller Musik werden wir in unseren Gymnastikgruppen hervorragend zur Bewegung animiert und die Zeit vergeht dabei im Nu. Das ganzheitliche Training ist sehr abwechslungsreich. So wird schnell und effektiv in einfachen Schritten der ganze Körper trainiert. Das Körpergefühl wird dabei aufgebaut und die Koordination von Geist und Körperbeherrschung gefördert und ganz nebenbei purzeln auch noch die Pfunde.

Ob Anfänger oder Fortgeschrittene, jeder kann ganz nach seinem Befinden sein Anstrengungsmaß selber bestimmen. Alle Übungen werden von den Übungsleitern Schritt für Schritt erklärt bzw. vorgemacht - von der Aufwärm- bis zur Entspannungsschlussphase. Also keine Bange, das schafft ihr! Ohne großen Aufwand kann jeder an der Gymnastik teilnehmen. Bequeme Kleidung, turnhallentaugliche Schuhe und evtl. ein Badetuch. Mehr nicht! Wie schön ist es,

wenn man dann vom Training nach Hause kommt und von sich sagen kann: „So, jetzt hab´ ich wieder was Gutes für mich getan“.



Wer sich den Anforderungen der „normalen“ Gymnastikgruppen nicht mehr gewachsen fühlt, kann an unseren Angeboten für die Senioren teilnehmen.

Das Prinzip bleibt eigentlich gleich, aber die Übungen werden an die körperlichen Möglichkeiten angepasst. Seit Neuestem möchten wir mit einer Sitzgymnastik auch die ansprechen, die das Mattentraining nicht mehr bewältigen können.

Leider kann man heutzutage in vielen Bereichen häufig nur mit schlagkräftigen Namen oder Slogans auf sich aufmerksam machen. Letztendlich ist aber das Wort „Gymnastik“ allumfassend und unsere Übungsleiterinnen Monika Diercks, Dorothea Ströhmer und Elke Schmitz gestalten ihre Stunden nicht weniger aufgeschlossen, up to date bzw. nach dem neuesten Stand. Daher bleiben wir bei den Wurzeln und bei der Bezeichnung.



In allen Gruppen können gerne neue Mitglieder hinzukommen. Die Altersspanne reicht in den Gymnastikgruppen von ca. 50-70 Jahre und bei den Senioren auch noch weit darüber. Wer mag, kann auch außerhalb der Sportstunde bei gemeinsamen Feiern, wie z.B. den Sommerfesten und den Weihnachtsfeiern, die immer liebevoll von der Frauenwartin Regine Dickel organisiert werden, neue Bekanntschaften schließen oder alte vertiefen.

Also: Pack die Badehose ein, äh, die Sporthose ☺

Frauengymnastik I	Mo.	14.00 – 15.00 Uhr	TH WIM
Frauengymnastik II	Mo.	18.30 – 19.30 Uhr	TH von-Ketteler
Frauengymnastik III	Mo.	20.00 – 21.30 Uhr	TH WIM
Seniorengymnastik	Die.	15.30 – 16.30 Uhr	GH von-Ketteler
Sitzgymnastik	Mi.	10.00 – 11.00 Uhr	Nachbarschaftsl.



Unsere „Jedermänner“ sind weit über Fischelner Grenzen hinaus bekannt. Hier treffen sich freitagabends Männer unterschiedlichen Alters. Der Beruf oder die Fitness spielen erst einmal keine Rolle. Ziel der Aktivitäten ist der sportliche Ausgleich zum beruflichen Stress – einfach den Alltag für zwei Stunden ausblenden und sich körperlich etwas fordern um die Ausgeglichenheit und Mobilität zu fördern.



Ein Übungsabend gleicht nie dem anderen, die Übungen sind breit aufgestellt und daher ist für jeden was dabei. Am Anfang des Trainings wärmen wir uns durch Laufen und leichtes Fußballtraining mit einem Softball auf. Darauf folgt der gymnastische Teil. Hierbei werden Übungen von Kopf bis Fuß gemacht. Ein Schwerpunkt ist auch bei uns die Rückenschule. Um die Stunden abwechslungsreich gestalten zu können, kommen einige Kleingeräte, wie verschiedene Bälle, Stäbe, Seile oder Therabänder zum Einsatz. Da Männer nichts mehr lieben als Bälle, wird zum Ende der zweistündigen Übungseinheit natürlich wieder der Ball hervorgeholt um Prellball oder Volleyball zu spielen. Hier spielt der Fun- und Teamfaktor eine wichtige Rolle. In den Ferien, wenn die Halle geschlossen ist, werden alternativ bei gutem Wetter Radtouren unternommen - also keine Schonzeit. Im Frühjahr werden Übungen für den Erwerb des Sportabzeichens durchgeführt.

Über die sportlichen Aktivitäten hinaus pflegen wir auch das soziale Miteinander; gerne auch in der „Nachspielzeit“. Vor den Sommerferien beschließen wir das Halbjahr mit einem Sommerfest auf dem Gelände des SV Neptun, eine unterhaltsame Weihnachtsfeier, über die erstaunlich wenig an die Öffentlichkeit dringt, rundet das Sportjahr ab.

Wer jetzt neugierig geworden ist, sei herzlich zu ein paar Schnupperstunden eingeladen. Wir freuen uns über jeden Mann im „Team Jedermänner“.

**Jedermänner**

Fr.

20.00-22.00 Uhr

TH Wimmersweg

**„Takt“**
**Tanzen ist die Kunst, wo die Beine denken, sie seien der Kopf....**

In unserer Tanzgruppe TAKT kommen zwei Dinge zusammen: Bewegung und soziales Miteinander. Das Tanzen bietet die idealen Voraussetzungen dafür. Wir lernen, auf unsere Körperhaltung, Atmung und Koordination von Bewegung zu achten. Das Schöne ist, dass wir die Anstrengung kaum spüren und dennoch sehr viel Energie umgesetzt wird. Davon profitiert auch das Gehirn.



Unsere Tanzleiterin Anne Schroers macht es durch ihre einfühlsame Art und ihre professionelle, pädagogische Arbeit allen Teilnehmern leicht. Die Begeisterung springt einfach auf alle sofort über und reißt sie regelrecht zum Tanzen mit. Auch Anfänger finden sich gut in die angebotenen Tänze ein, da die Schritte geübt und wiederholt werden, bis sie dann mit Musik umgesetzt werden. Zudem können sich alle immer sehr gut an Anne orientieren – das ist gar nicht schwer!

## Tanzen mit „Takt“



Zu Beginn jeder Stunde wird eine kurze Choreographie vorgegeben, die aus verschiedenen Richtungen wie Mambo, Stepp, Tango oder Bossa Nova kommen kann. In Blockaufstellung kann es dann ein „Line Dance“ sein, der getanzt wird. Mit dem Blick in den großen Ballett-Spiegel lässt sich die jeweilige Haltung bestens korrigieren. Weiter geht es nach einer kleinen Pause mit Kreis- und

Paartänzen, die den Gruppen besonders viel Spaß bereiten. Hier tanzen alle ohne festen Partner. Die Tänze wie die Musik kommen aus aller Welt. So sind z.B. vertraute Klänge aus Griechenland, Israel oder den Balkanstaaten zu hören, und eh man sich versieht, ist die Tanzstunde schon wieder vorbei.

Dass allen das Tanzen Spaß macht, konnten in den vergangenen Jahren auch die Krefelder Bürger bei verschiedenen Veranstaltungen,



wie z.B. dem Tag des Sports, sehen. Auch dort sprang der Funke bei manchem Zuschauer über, der sich ganz spontan zum Mitmachen hinreißen ließ.

Zu spüren ist der gute Geist der Gruppe, zu sehen ist, mit welcher Begeisterung und Freude die Teilnehmerinnen bei der Sache sind. Es gibt größere und kleinere Talente, jeder findet seinen Weg, aber entscheidend ist es zu erleben, dass Tanzen glücklich macht und einen hohen Spaßfaktor hat.

Alle, die über eine grundlegende Fitness verfügen, können sofort beginnen. Von der Anfängerin bis zur Fortgeschrittenen sind alle herzlich willkommen das Tanzbein zu schwingen.

Takt (Tänze der Welt)

Do.

11.00-12.15 Uhr

TH JZ

## Aerogym

Im Jahr 2013 haben wir überlegt, wie wir Menschen in die Halle bekommen, die schon lange keinen oder sogar noch nie Sport in einer Gruppe gemacht haben.

Jeder hat dafür ganz persönliche Gründe. Einer ist eventuell, dass man sich als Ungeübter und Untrainierter nicht traut. Daher sollte unser Angebot möglichst niedrigschwellig sein, damit sich keiner überfordert, aber viele angesprochen fühlen und zu einer Schnupperstunde in die Halle kommen.



Musik spielt in unserem Alltag, meist gar nicht bewusst wahrgenommen, eine große Rolle und spornt zur Bewegung an. Mit einem Fingerschnipsen oder einem Hüftschwung fängt es an und schnell folgt eine kleine Schritt-kombination. Dieses Grundinteresse wollten wir in unsere Gruppe einbinden und nannten sie „Aerogym“.

Auch, wenn der Name exotisch klingt, findet dennoch ganz bodenständige Gymnastik statt. In der Aufwärmphase starten wir immer mit einfachen **Aerobic**schritten zu flotter Musik. Anschließend beginnt der **Gymnastik**teil der Stunde. Hierbei kommen im Wechsel Hanteln, verschiedene Tubes, Bälle und Pappteller zum Einsatz. Am Ende der Stunde steht natürlich eine Dehn- und Entspannungsphase, die Kraft für die Aufgaben des restlichen Tages liefert. Wer sich jetzt fragt, was es mit den Tellern auf sich hat, wird dies nur erfahren, wenn er/sie einmal mitmacht.

Aerogym

Mo.

14.00-15.00 Uhr

TH Wimmersweg



Wer hat noch nie unter gelegentlichen oder sogar ständigen Rückenschmerzen gelitten? Wir alle wissen, woran es liegt: Zu langes Sitzen vor dem Fernseher, dem PC zu Hause oder am Arbeitsplatz und zu wenig Bewegung als Ausgleich. Da Zeit ein immer knapper werdendes Gut ist, fahren wir mit dem Wagen zum Einkaufen, zu Terminen, zur Arbeit. Unser Essen müssen wir nicht mehr jagen; der Weg zum gut gefüllten Kühlschrank ist kurz. Da ist es nicht verwunderlich, dass unser Rücken, der ganz andere Anforderungen benötigt, sich auf eine manchmal sehr unangenehme Art und Weise meldet. Wenn wir diesen Warnhinweisen rechtzeitig Beachtung schenken und uns aufraffen, etwas dagegen zu tun, kann vielen Beschwerden entgegengewirkt werden. Wenn nur der innere Schweinehund nicht wäre!

Unsere Angebote im Bereich der Wirbelsäulengymnastik sind vielseitig. In vier Gruppen kann man in netter Gesellschaft und unter qualifizierter Anleitung unserer Trainer lernen, wie man die Wirbelsäule durch Stärkung der sie umgebenden Muskulatur entlasten und stützen kann. Nebenbei bemerkt, wir sprechen immer von der „Wirbelsäulengymnastik“ oder „Rückenschule“, dabei darf aber der „Gegenspieler“, die Bauchmuskulatur, nicht vernachlässigt werden.

Unsere Trainer Brigitte Midleja, Silvia Kaiser und Adam Gaida haben alle ihr ganz eigenes Konzept, welches aber immer zum Ziel hat, die Muskulatur zu stärken, die Beweglichkeit zu fördern, niemanden zu überfordern und, wenn nötig, Linderung zu verschaffen. Natürlich ersetzen die Übungen keine ärzt-



liche Therapie, daher ist es für die Trainer wichtig zu erfahren, welche Probleme der Einzelne hat, damit er ggf. alternative Übungen anbieten kann. Um die Übungsstunden abwechslungsreich gestalten zu können, stehen den Trainern moderne Kleingeräte, wie z.B. Hanteln, Therabänder, Redondobälle oder Balancepads zur Verfügung. Die Gruppenteilnehmer versichern immer wieder, dass es ihnen wirklich gut tut. In den Ferien, wenn kein Training stattfindet, da die Hallen geschlossen sind, fehlt den meisten etwas. Vielleicht der einzige Grund, den Schuljahresbeginn herbeizusehnen?

Die einzelnen Gruppen sind schon viele Jahre zusammen, natürlich kommt immer wieder ein neues Gesicht hinzu, welches aber freundlich in die Gemeinschaft aufgenommen wird. In einigen Gruppen wird zum Ende des Schuljahres eine nette Fahrradtour mit Einkehr unternommen. Dabei kommt man dann auch mal ins Gespräch, denn während des Trainings herrscht absolute Konzentration. Meistens. 😊

Die Nachfrage nach diesen unterstützenden Maßnahmen ist groß, so dass einige Gruppen inzwischen eine Warteliste haben. Schnuppern ist dennoch auf jeden Fall möglich und erwünscht. Sollte die Nachfrage weiterhin steigen, werden wir uns bemühen, eine weitere Trainingseinheit zu schaffen.

WS I	Dienstag	18.30-19.30 Uhr	TH JZ
WS II	Mittwoch	18.00-19.00 Uhr	TH JZ
WS III	Mittwoch	19.00-20.15 Uhr	GK von-Ketteler
WS IV	Mittwoch	20.15 -21.30 Uhr	GK von-Ketteler

Ihre  
Rechtsanwälte  
in Fischeln



**Christian Weimann**  
Rechtsanwalt

- Scheidung / Unterhalt
- Arbeitsrecht / Kündigungsschutz
- Forderungseinzug / Inkasso
- Erbrecht / Vertragsrecht



**Marcel Meyer**  
Fachanwalt für Strafrecht

- Strafrecht / Bußgeldsachen
- Unfallregulierung / Fahrverbot / Schmerzensgeld
- Mietrecht / WEG-Recht

Kölner Str. 552 · Krefeld-Fischeln · Tel. 021 51 / 78 32 02  
www.wm-anwaltskanzlei.de · Telefax 021 51 / 78 32 03



Gegründet 1886

**HEINR. FREITAG** Nachf.

Spezialgeschäft für Parkett und  
Holzpflaster  
Parkettholz-Großhandlung



**Inh. Ulrich Volpert**

47807 Krefeld  
Sterkenhofweg 22  
Gewerbegebiet Fichtenhain  
Telefon 021 51 / 56 12 87  
Telefax 021 51 / 56 31 46

**Fahrzeugbeschriftung  
Werbeanlagen & Schilder  
Stempel & Aufkleber  
Textil mit Druck & Stick  
Sonnen- & Sichtschutzfolien**

 **schilder nopper**

Sterkenhofweg 42 47807 Krefeld-Fichtenhain  
Telefon: 02151 / 311697 post@schilder-nopper.de

## heinrich zöller BESTATTUNGEN

Wir haben es zu unserem besonderen Anliegen gemacht, mit unserer Erfahrung eine Beerdigung nach Ihren Wünschen auszurichten.

Wir sind für Sie da.

Marienstraße 96  
47807 Krefeld  
Tel.: 02151 - 303642



[www.bestattungen-zoeller.de](http://www.bestattungen-zoeller.de)



Einladung zum informativen Besuch

Seit 1965 führend in Qualität und Leistung

**IMDAHL**  
SANITÄR  
HEIZUNG  
LÜFTUNG

Helmut Imdahl GbR · Inhaber: Helmut Imdahl, Alexandra Imdahl



Die kostenlose Wärmequelle direkt vor der Haustür.  
Wärme aus Erde, Wasser und Luft.

Grundend 30 · 47807 Krefeld-Fischeln  
Tel. (021 51) 30 1329 · Fax (021 51) 3081 76

## Malermeister Jakob Jenßen

wünscht dem FTV 1905 und allen Mitgliedern alles Gute zum  
110-jährigen Bestehen und ein sonniges Geburtstagsfest

Plankerdyk 61 ♦ 47839 Krefeld ♦ Telefon (0 21 51) 73 52 38

## Wir helfen hier und jetzt – Ihr ASB in Krefeld

- Sie möchten neue Kontakte knüpfen und gemeinsam aktiv sein?
- Sie möchten in den eigenen vier Wänden sicher und unabhängig sein?
- Sie benötigen häusliche Krankenpflege oder Betreuung?
- Sie wünschen sich Unterstützung im Haushalt?
- Sie suchen Angebote für Menschen mit Demenz?
- Sie möchten sich für andere engagieren?

Nutzen Sie das breite Angebot des ASB in Krefeld. Informationen erhalten Sie telefonisch unter: **(02151) 934170** und im Internet unter: [www.asb-krefeld.de](http://www.asb-krefeld.de)

Arbeiter-Samariter-Bund Region Düsseldorf e.V. Geschäftsstelle Krefeld  
Wimmersweg 29 | 47807 Krefeld | Tel: (02151) 934-17-0 | E-Mail: [info@asb-krefeld.de](mailto:info@asb-krefeld.de)

Wir helfen  
hier und jetzt.

**ASB**

Arbeiter-Samariter-Bund

## STEINBILDHAUERWERKSTATT

- Individuell gestaltete Grabmale
- Nachbeschriftungen auf vorhandenen Steinen
- Einfassungen für Erd- und Urnengräber
- Reparaturen bei fehlender Standsicherheit der Denkmäler
- Erledigung aller amtlichen Formalitäten
- Umarbeitungen vorhandener Grabmäler

### GERNOT HEINRICHS



Steinbildhauermeister  
Heideckstraße 124  
Ecke Lehmheide  
47805 Krefeld  
Tel: 02151/31 69 43  
[www.grabmale-heinrichs.de](http://www.grabmale-heinrichs.de)

### KARL MOTES & Co. KG



Geschäftsführer  
Gernot Heinrichs  
Kölner Straße 750  
47807 Krefeld  
Tel: 02151/30 20 57  
[www.grabmale-motes.de](http://www.grabmale-motes.de)

Sie finden uns am Hauptfriedhof, gegenüber dem Eingang der Leichenhalle oder am Haupteingang des Fischelner Friedhofs

**Bodyfit**

Sich nach einem anstrengenden Tag mal so richtig auspowern, die Gedanken für eine Stunde mal ausschalten und seinen Körper mal zu Wort kommen lassen. Die Teilnehmerinnen dieser Gruppe freuen sich jeden Montag darauf.

Sabine Nießen, unsere Powerfrau im Verein, weiß, was ihre Gruppenteilnehmer von dieser Stunde erwarten. Um die Übungsstunden anspruchsvoll und abwechslungsreich gestalten zu können, stehen ausreichende Materialien zur Verfügung, dennoch ist der eigene Körper das Hauptübungsgerät. Wenn neue Gruppenmitglieder hinzukommen sind sie erstaunt über den Fitnesslevel der Akteure. Aber alle versichern den Neulingen, dass sie sich nicht davon abschrecken lassen dürfen, denn jede von ihnen hat einmal so angefangen. Eine regelmäßige Teilnahme mit Unterstützung der passenden Beats per Minute (bpm) bringt jeden mit der Zeit auf den Stand der Gruppe.



Zu einem guten Workout gehört aber zum Ende der Stunde auch eine vernünftige Dehn- und Entspannungsphase. Damit wird der Kreislauf wieder „auf normal“ gebracht, um den Tag in Ruhe und mit der nötigen Bettschwere ausklingen lassen und den nächsten Tag schwungvoll beginnen zu können.

Bodyfit	Montag	18.30-19.30 Uhr	GH von-Ketteler
---------	--------	-----------------	-----------------

**Aerobic**

Nein, niemand trägt ein Stirnband oder Stulpen wie Jane Fonda in den 80ern, an die gerne augenzwinkernd gedacht wird, wenn man "Aerobic" hört.

Wir sind seit den Anfängen der Gruppe vor fast 30 Jahren einfach an der Bezeichnung hängen geblieben, obwohl wir nicht nur reine "Aerobic-Stunden" miteinander machen - so sehr sicherlich die Dynamik, die motivierende Musik, die Anforderungen an Kondition und Koordination etc. wichtige Elemente sind. FitForFun, Bodypower, Bodyfit, Workout ... wie bunt die mögliche Vielfalt an Kurstiteln aller Art auch sein mag, es kommt letztendlich auf den Inhalt an.

Nach einem Warm-up und einem Cardio-Teil, sei es z.B. mit Dance- oder Step-Aerobic, mal gibt es auch ein anstrengenderes Intervalltraining, werden munter Hanteln gestemmt, gefolgt von einem typischen BOP-Training und und und ... aber mal Hand aufs Herz: Wer mag schon den Titel Bodystyling? ;-)



Geflügelte Worte unter den TeilnehmerInnen sind „wir werden zusammen alt“. Auch wenn die Sportlerinnen noch nicht alt sind, passt das, denn die Trainerin Dorothee Monderkamp war Anfang 20, als sie die Gruppe ins Leben rief und ist nun inzwischen 47 Jahre alt. Die TeilnehmerInnen sind zwischen Ende 20 und Mitte 50. Neben den natürlichen Zu- und Abgängen in Gruppen sind eine ganze Reihe von Teilnehmenden schon lange dabei, manche sogar seit den Anfängen. So auch unser Quotenmann, der sich in der illustren Frauenrunde tapfer schlägt. Ein anderes langjähriges männliches Mitglied hat sich leider inzwischen einer anderen Sportart zugewandt. Sehr gerne sind immer alle neuen Interessierten willkommen - ob Frauen oder Männer. Und versprochen: Es geht ganz ohne Stulpen und Stirnband.

Aerobic I	Mi.	19.00-20.00 Uhr	GH von-Ketteler-Str.
Aerobic II	Mi.	20.00-21.30 Uhr	GH von-Ketteler-Str.

## Gymnastik mit Musik

Uh, schon wieder Gymnastik. Ja, schon wieder. Hinter diesem Wort verbirgt sich ganz viel und eigentlich braucht man für den Sport mit dem eigenen Körper oder mit kleinen Hilfsmitteln keinen Modenamen. Die neuen Fitnessangebote, egal wie man sie nennt, beinhalten u.a. sehr häufig genau die klassischen gymnastischen Elemente.

Donnerstags abends treffen sich Frauen jeder Altersgruppe, um bei Petra Sanders herauszufinden, wozu ihr Körper in der Lage ist. Keine Bange, dass hört sich martialisch an, ist es aber gar nicht. Aber die Teilnehmerinnen dieser Gruppe sind schon ganz schön fit (geworden) und wollen dies auch bleiben. Diese Gruppe ist in der Konstellation schon recht lange zusammen und wurde viele, viele Jahre von Gaby Lechtenböhrer angeleitet. Als sie ankündigte, die Leitung aus privaten Gründen abgeben zu wollen, übernahm Petra die Mannschaft, und Gaby trainiert nun, wenn sie Zeit hat, mit.



Seit Jahrzehnten nennen wir intern die Gruppe „Gymnastik mit Musik“, obwohl inzwischen fast alle anderen Gruppen auch den Rhythmus der Musik als Tempogeber für Übungen oder auch zur Entspannung nutzen. Jedes Mal stehen andere Muskelpartien im Fokus, werden gedehnt und gefordert und manchmal merkt man erst ein oder zwei Tage später, dass man Muskeln an Stellen hat, die man noch gar nicht kannte. Diese Gruppe hat noch Kapazitäten frei. Wer Lust hat einmal mitzumachen, ist herzlich Willkommen und sollte sich von dem Fitnesslevel der anderen nicht abschrecken lassen. Das war schließlich nicht immer so. Aber Lust herauszufinden, zu was der Körper fähig ist, sollte man schon mitbringen.

Gymnastik mit Musik Do. 20.00-21.30 Uhr TH v. Ketteler

## Zumba® und Bokwa®



Seit 2012 haben wir auch Kursangebote für Nichtmitglieder in unser Programm aufgenommen. Jeder, der sich gerne zu Musik bewegt, kann sich bei uns im

Verein zu den Zumba®- bzw. Bokwa®-Kursen anmelden. Sabine Nießen ist unsere lizenzierte Zumba®-und Bokwa®-Trainerin und überlegt sich zu jedem Kurs neue Choreografien, stellt die Musik dafür zusammen und vermittelt als „Vorturnerin“ allen, die mitmachen, richtig gute Laune und viel Spaß.

Beim **Zumba® Fitness** werden mit heißen südamerikanischen Rhythmen, wie Salsa, Merengue, Cha-Cha-Cha und Mambo die Hüften geschwungen. Zumba® ist einfach zu erlernen, verbrennt Kalorien, macht Spaß und ist dazu noch gesund. Für Zumba® ist es nicht notwendig, Erfahrungen im Tanzen zu haben. Es handelt sich um eine Mischung zwischen Aerobic und Tanzen und macht allen, die die Füße bei flotter Musik nicht stillhalten können, einen Riesenspaß.



**Bokwa® Fitness** ist ein innovatives Dance-Fitness-Programm mit einem effektiven Cardio-Workout. Der Fischelner Turnverein hat im Jahr 2013 als erster Verein in Krefeld dieses Angebot vorgestellt. Es gibt jedem Teilnehmer die Möglichkeit, die eigene Intensität des Workouts zu bestimmen, so dass das Alter und die persönliche Fitness keine große Rolle spielen. Keine Choreographien, kein Nachdenken, sondern einfach nur Spaß haben und Kalorien verbrennen. Sabine zeigt Zeichen und Richtungen an und die Teilnehmer tanzen diese nach. "BO" steht hierbei für Boxing und "KWA" für eine afrikanische Tanz- und Musikrichtung Kwaito. Es ist nicht so einfach die Eindrücke auf dem Papier zu formulieren, man sollte es einfach mal ausprobiert haben.

Zumba®	Mo.	19.30-20.15 Uhr	GH von-Ketteler
Bokwa®	Mo.	20.15-21.00 Uhr	GH von-Ketteler

## Yoga

Seit 2008 wird im Fischelner Turnverein Yoga angeboten. In Jutta Hinke-Ruhnau haben wir eine kompetente, auch medizinisch sehr erfahrene Yogalehrerin gefunden, die mit ihrer ruhigen, entspannenden Art den Gruppenmitgliedern zu einem besseren Wohlgefühl verholfen hat. Yogaübungen, die mit der richtigen Atemtechnik kombiniert werden, lassen z. B. Rückenbeschwerden und Nackenverspannungen verschwinden. Verkürzte Sehnen, die in unserem heutigen Arbeitsalltag kaum zu vermeiden sind, werden wieder gedehnt und führen zu einer besseren Beweglichkeit. Mit dem Sonnengruß, der den ganzen Körper erwärmt, begann die Übungsstunde, mit einer Tiefenentspannung oder Meditation hörte sie auf.



Seit längerem waren wir auf der Suche nach einem geeigneteren Übungsraum, denn eine Turnhalle schafft nicht die richtige Atmosphäre. Für die Tiefenentspannung ist sie zu kühl; nachfolgende Sportler, die sich in der Umkleide unterhalten, stören die Meditation. Die Anfrage im Familienzentrum der Markuskirche, ob der Bewegungsraum der Kinder für unsere Gruppe genutzt werden kann, war erfolgreich und hatte sogar zur Folge, dass der FTV mit dem FamZ eine dauerhafte Kooperation eingegangen ist, die auch den Kindergartenkindern zugutekommt, wie wir an anderer Stelle berichten.

Seit einiger Zeit hat Andra von der Beek die sehr gut besuchte Gruppe, deren Teilnehmer zwischen 45 und 70 Jahren sind, übernommen, da Jutta mit Ihrer Familie fortgezogen ist. Wir sind froh, eine so engagierte Nachfolgerin gefunden zu haben.

Yoga Montag 17.45-18.15 Uhr FamZ Markuskirche

## Pilates

Pilates ist eine sanfte, aber überaus wirkungsvolle Trainingsmethode, mit der kleine, schwache und tiefliegende Muskelpartien ganz gezielt aktiviert, entspannt oder gedehnt werden. Dabei steht insbesondere die Beckenboden-, Rücken- und Bauchmuskulatur im Fokus. Nicht die Quantität sondern die Qualität der Übungen zählt. Die gezielte Atmung unter Anspannung des sogenannten „Powerhouse“ muss mit den Bewegungen ebenfalls koordiniert werden.



Mit der Zeit bekommt man ein anderes Körpergefühl und nimmt eine andere Körperhaltung ein. Die geänderten Haltungs- und Bewegungsgewohnheiten wiederum lassen sich problemlos in den Alltag übernehmen. Viele Übungen können ohne weiteres zwischen oder während anderer Tätigkeiten ausgeübt werden. Auch wenn Pilates keine neue Trainingsmethode ist, hat sie aber für jeden etwas zu bieten, denn Sportlichkeit ist keineswegs Voraussetzung für ein erfolgreiches Pilatestraining.



Sabine Pannen und Elke Schmitz haben sich zu Pilatestrainerinnen ausbilden lassen. Ihr Trainingsmaterial beschränkt sich auf Kleinmaterialien und den eigenen Körper, denn damit lassen sich die Übungen auch zu Hause nachmachen. Inzwischen haben wir drei Termine in unserem Programm, die sehr gut besucht werden. Auf Wunsch von jungen Müttern, die sich erst um sich kümmern können, wenn die Väter abends die Kinder übernehmen, gibt es montags um 20.30 Uhr „Spätschichtpilates“. Damit kann ein erlebnisreicher und vielleicht anstrengender Tag wohltuend beendet werden.

Pilates I	Mo.	19.30-20.30 Uhr	TH von-Ketteler-Str.
Pilates II	Mo.	20.30-21.30 Uhr	TH von-Ketteler-Str.
Pilates III	Do.	10.00-11.00 Uhr	TH JZ

**Qualitäts-  
Fahrräder**



**Fahrrad  
Inspektion**

Fahrrad-Verkauf, -Zubehör- und Service

**Große Auswahl an Rädern, E-Bikes,  
Ersatzteile, gute Beratung und guter Service**

Hafelsstr. 2 · 47807 Krefeld · Tel.: 02151 30 53 19 · www.Zweirad-Thielen.de

Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 10:00 - 13:00 u. 15:00 - 18:30 Uhr · Mi. u. Sa. 10:00 - 13:00 Uhr

*Die  
Blumeninsel*

Inh.: Hildegard Weibel-Mevissen

Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 9.00 - 18.30 Uhr, Sa. 8.00 - 14.00 Uhr, So. 10.00 - 12.00 Uhr  
Kölner Straße 498 · 47807 Krefeld (Fischeln) · Telefon 0 21 51 / 30 61 36

**Friseur La Bellezza**

A. Lucy Kaziani

**Wir wünschen allen ein schönes  
Jubiläumsfest!**

**Kölner Straße 513 · 47807 Krefeld  
Telefon 36 20 325**



**Marion Weidner**  
Rechtsanwältin

- Mietrecht • Arbeitsrecht • Vertragsrecht •
- Arzthaftungsrecht • Familienrecht •

Kölner Straße 574 · 47807 Krefeld-Fischeln · Tel. 0 21 51 / 93 88 40  
Fax 0 21 51 / 93 88 42 · e-mail: RA.weidner@t-online.de



**Geschäftszeiten:**  
Mo. - Fr. 10-19 Uhr  
Sa. 10-13 Uhr

Kölner Straße 483/485, 47807 Krefeld-Fischeln  
Verkauf (0 21 51) 30 04 09, Service (0 21 51) 30 20 39  
Fax (0 21 51) 30 71 25  
www.edv-hauptmann.de

**DAS HAARAKTIV-TEAM GRATULIERT ZU  
110 JAHREN BEWEGUNG UND GEMEINSCHAFT.**

**Haar** wellmann **aktiv**

Ihr Friseur in Krefeld-Fischeln, [www.haaraktiv-wellmann.de](http://www.haaraktiv-wellmann.de)  
Wilhelm-Stefen-Straße 21, 47807 Krefeld, Telefon: 0 21 51 / 30 24 55

# Grill Split

über  
35 Jahre  
Krefelder  
Tradition

Anrather Straße /  
Ecke Marienstraße  
47807 Krefeld  
Tel.: 02151 / 9364545

Öffnungszeiten  
täglich von 12.00 bis 15.00 Uhr  
und 17.00 bis 22.00 Uhr  
Inh. N. Krpan

Deutsche Bank

## Das Junge Konto. Kostenlos unabhängig.

Voller Leistungsumfang. Null Kontoführungsgebühren. Zinsen ab dem ersten Euro. Und damit hat man maximale Unabhängigkeit inklusive. Lassen Sie sich nicht aufhalten. Tun Sie, was Ihnen Spaß macht. Mit dem kostenlosen Jungen Konto regeln Sie Ihre Geldangelegenheiten praktisch nach Lust und Laune. Exklusiv für Schüler, Auszubildende, Studenten und Bundesfreiwilligendienstleistende bis einschließlich 30 Jahre. Sprechen Sie mit uns.

Filiale Krefeld-Fischeln  
Kölner Straße 566, 47807 Krefeld  
Telefon (02151) 93019-0

*Leistung aus Leidenschaft*



Tag und Nacht dienstbereit  
**Hannappel**  
BESTATTUNGEN

### Die Hinterbliebenen

erfahren im Trauerfall bei uns eine pietätvolle, fachkundige Beratung und Hilfe.  
Seit über 100 Jahren Erfahrung in allen Formalitäten zu äußerst günstigen Bedingungen.  
Eine eigene Hauskapelle steht zur Verfügung.  
Zu Vorsorgegesprächen sind wir jederzeit bereit.

**Hermann Hannappel & Sohn**  
Fachgeprüftes Bestattungsinstitut

Dionysiusplatz 20 · 47799 Krefeld  
Tel. 021 51 / **221 51**  
Anrather Straße 33 · 47807 Krefeld  
Tel. 021 51 / 30 34 08  
<http://www.bestattungen-hannappel.de>

elektro Stahlberg

## elektro stahlberg GbR

Elektroinstallation für Haus & Gewerbe  
Elektroheizungen aller Art  
Sprech- und Video-Anlagen  
Alarmanlagen  
Beleuchtungstechnik  
Elektro-Groß- und Kleingeräte

Kölner Straße 477 · 47807 Krefeld-Fischeln · [www.elektrostahlberg.de](http://www.elektrostahlberg.de)  
Tel. 021 51 / 30 14 07 · Fax 021 51 / 30 65 89 · [info@elektrostahlberg.de](mailto:info@elektrostahlberg.de)

**seit 1888**  
**Ihr Bäcker mit Tradition**

Kölner Straße 608 · 47807 Krefeld-Fischeln  
Telefon (0 21 51) 30 25 27 · Telefax 30 71 65

Unsere zahlreichen Brotsorten werden ausschließlich ohne chemische Zutaten, mit in unserem Betrieb gezüchteten naturreinem Sauerteig gebacken.

**Sonntags:** Frühstücksbäckerei von 8.15 bis 11.30 Uhr

## Kooperationsveranstaltungen

In den vergangenen Jahren hat der FTV mit befreundeten Institutionen Fischelns verschiedene Projekte durchgeführt.



Angefangen hat es im Jahr 2011 mit einer Rallye in Zusammenarbeit mit dem Bürgerverein Fischeln. Wir nannten sie „Aktiv in Fischeln“ und der Weg führte die Teilnehmer entlang historisch bedeutender Punkte Fischelns. Währenddessen galt es einen Fragenkatalog auszufüllen und zwischendurch sportliche Übungen zu absolvieren. Wetterbedingt mussten für dieses Event zwei Anläufe genommen werden, aber alle waren sich einig: Die Zusammenarbeit war klasse und hat sich gelohnt.

Da diese Erfahrung rundum positiv war, nahmen wir uns im Jahr 2012 gemeinsam mit dem DJK Adler Königshof und dem Fischelner TC die „Familjade“ vor. Hierbei handelte es sich um eine generationenübergreifende Familienveranstaltung, die vom „Kölner Spielcircus“ und der Band „ups“ unterstützt und begleitet wurde. Die Organisation größerer Veranstaltungen ist seit dem Drama bei der Loveparade in Duisburg immer aufwändiger; es gab so manche Hürde zu nehmen, die es den Organisatoren nicht immer leicht machten. Alle beteiligten Vereine waren aber mit der Zusammenarbeit und dem Ergebnis sehr zufrieden.



In 2014 haben wir uns dem SC Bayer angeschlossen, der seit einigen Jahren den Krefelder Hospizlauf organisiert. Der Wunsch bestand darin, dass dieser Spendenlauf zugunsten des Krefelder Hospizes weitere Startpunkte mit unterschiedlichen Längen in Krefeld findet. Fischeln hat als südlichster Stadtteil erstmalig teilgenommen, konnte Mitglieder und andere Laufbegeisterte zur Teilnahme gewinnen und wird dies zukünftig auch weiter fortführen.

## Kooperationsveranstaltungen

Nun haben wir 2015 und haben trotz der ganzen Vorbereitungen für unser Jubiläum schon wieder einen Kooperationspartner für ein neues Event gesucht und im SV Neptun gefunden. Erstmals haben wir einen „amputierten“ Triathlon, mit nur zwei statt drei Disziplinen „Swim, Run & Fun“ ins Leben gerufen. Über den Erfolg dieses Partnerprojektes lagen zum Zeitpunkt der Erstellung der Festschrift noch keine Informationen vor.



Und in diesem Jahr schließt sich nun vorläufig der Kreis, denn unser 110-jähriges Jubiläum feiern wir wieder mit dem Bürgerverein Fischeln, der jugendliche 40 Jahre alt wird. Die Organisatoren haben viel Zeit und Kompetenz investiert, damit alle kleinen und großen Mitglieder, Bürger und Freunde am 05. September 2015 im Fischelner Stadtpark bei hoffentlich tollem Wetter ein wunderschönes Geburtstagsfest feiern können.

[www.buergerverein-fischeln.de](http://www.buergerverein-fischeln.de)

### Bürgerverein Krefeld-Fischeln e.V.



Wir vertreten Ihre Interessen in Fischeln für Fischeln. Werden Sie Mitglied und helfen Sie uns bei der Umsetzung neuer Ideen, damit unser Stadtteil lebendig und attraktiv für seine Bürger bleibt! Schon ab 12 Euro pro Jahr.

- **Überparteilich und unabhängig** – bei der Vertretung Fischelner Interessen z.B. in der Bürgervertretung oder der Stadtverwaltung
- **kompetent** - im Arbeitskreis Krefelder Bürgervereine (AKB)
- **vielfältig und engagiert** – bei der Unterstützung von Schulen, Sportvereinen, Kindergärten usw.
- **offen und kommunikativ** - fördern wir den Aufbau sozialer Netzwerke
- **informativ** - zu aktuellen Terminen (Fischeln aktuell, Schaukasten, Homepage) und zur Historie (Arbeitskreis Heimat)

*Der Bürgerverein Fischeln gratuliert ganz herzlich zum 110-jährigen Bestehen*



erreichen, war die Devise.

Langfristige Kooperationen gibt es mit dem Kindergarten Klein & Groß (2003) und dem Familienzentrum der Markuskirche (2014), denn die Bewegungsschulung im Kindergartenalter legt den Grundstein für spätere sportliche Aktivitäten und, leider in der heutigen Zeit zu beobachten, soll gegen alltägliche Bewegungsarmut wirken.

Seit 2014 gibt es das Kinderbewegungsabzeichen (Kibaz) des Landessportbundes, welches der FTV gemeinsam mit dem Kindergarten Klein & Groß als erste in Krefeld veranstaltet haben. Eine dann darauf folgende Veranstaltung für alle Fischelner Kindergärten wurde bedauerlicherweise nicht sehr gut angenommen. Die Grundidee hat allen gut gefallen, nur konnte das begleitende Personal von den städtischen Kindergärten wegen der aktuellen Haushaltslage für diesen Sonntag nicht freigestellt werden. Zukünftig werden andere Möglichkeiten angedacht. Das Familienzentrum der Markuskirche hat mit seinen Kindern im Vorschulalter teilgenommen und bestätigt, dass es eine sehr gut durchdachte und spaßige Veranstaltung war.

Zwei Übungsleiter unseres Vereins betreuen seit Herbst 2014 im Familien-

zentrum Markuskirche die Vorschulkinder in einer Bewegungsschulung, die sich sehr großer Beliebtheit erfreut. In dieser Stunde werden die Kinder spielerisch in ihrer psychisch-emotionalen, kognitiven und motorischen Entwicklung gefördert und auf ihre Schulzeit vorbereitet.



Schon seit Jahren hat der Fischelner Turnverein die eine oder andere Veranstaltung mit anderen Fischelner Institutionen durchgeführt. Kräfte, Ressourcen, Fähigkeiten und natürlich die finanziellen Mittel bündeln und damit viele Menschen

Neben den sportlichen Aktivitäten gibt es bei uns im Fischelner Turnverein viele Möglichkeiten, auch außerhalb der Sporthalle anderen Mitgliedern bei gemeinsamen Unternehmungen und Veranstaltungen zu begegnen. Auch die Aufgaben und Prozesse im Hintergrund werden auf eine vielfältige Art und Weise erlebt und sichtbar gemacht.

Unsere Jugendwarte haben im Laufe der Jahre so einige Aktionen mit den Kindern und Jugendlichen veranstaltet. Ausflüge in den Kletterwald, ins Kernwasserwunderland, in den Zoo, zum Eis- oder Weihnachtsmärchen, zum Paddeln auf der Niers oder die Teilnahme an den Veranstaltungen der Rheinischen Turnerjugend zum Beispiel. In den letzten Jahren haben die Aktivitäten etwas abgenommen, da sich die Jugendverwaltung ohne Unterstützung der Erwachsenen nicht in der Lage sieht, diese Aktionen weiter durchzuführen. Der krönende Abschluss ist aber in jedem Jahr die Weihnachtsfeier in der Turnhalle des Maria-Sibylla-Merian Gymnasiums. Ein Vorbereitungsteam baut sie jedes Mal mit viel Fantasie in eine Sportlandschaft um, in der jeder Spaß hat, alles auszuprobieren.



Auch die Erwachsenen feiern gerne. In diesem Punkt ist der FTV noch recht konservativ: Männlein und Weiblein feiern getrennt. Jedes Jahr im Sommer trifft man sich am letzten Trainingstag vor den Sommerferien im Sommerbad Neptun, um die lange Sommerpause einzuläuten. Im Dezember finden dann die obligatorischen Weihnachtsfeiern mit einem guten Essen, weihnachtlichen Vorträgen und, zumindest bei den Frauen, dem „Schrottwichteln“ statt. Was dort aus den Tiefen der Kellergewölbe oder Speicherkisten so alles hervorgekramt wird, hat so manch heiteren Moment hervorgezaubert.



Alle zwei Jahre kann jedes Mitglied abwechselnd am Deutschen- bzw. Turnfest NRW teilnehmen. Unsere Volleyballer, Turner und mitunter auch die Leichtathleten machen gerne Gebrauch davon. Gerade in diesem Jahr fand das NRW-Turnfest in Siegen statt, an dem eine Delegation des FTV wieder vertreten war. Auch unsere Übungsleiter fahren immer gerne mit, weil auf diesen Turnfesten ganz hervorragende Fortbildungsmöglichkeiten angeboten werden. Wer schon einmal

mitgefahren ist, kann von diesem ganz besonderen Reiz, den unvergesslichen Erlebnissen, Aktionen, Shows und dem tollen Gemeinschaftsgefühl berichten.

Die wanderfreudigen Mitglieder im FTV freuen sich jedes Jahr auf Christi Himmelfahrt, denn unser Wanderwart Albrecht von Saldern, selbst passionierter, naturverbundener Wanderer, sucht sich jedes Mal eine interessante, in kurzer Zeit erreichbare Wanderroute aus, auf der es auch immer etwas Besonderes zu sehen gibt. Orchideen in der Eifel, Narzissen im Hohen Venn, Stauseen, Wildtiere und noch vieles mehr. Die Wanderrouten werden von einer kleinen „Vorhut“ erst persönlich abgelaufen um die Gegebenheiten zu prüfen, mögliche Abkürzungen und Einkehrmöglichkeiten zu finden. Ganz selten hat das Wetter mal nicht mitgespielt, meist hat eine gut gelaunte Wandertruppe ein paar Stunden bei besten klimatischen Bedingungen in der Natur verbracht und sich mit netten Menschen ausgetauscht.



Im Jahr 2005, als der FTV 100 Jahre alt wurde, wollte der Vorstand den Senioren des Vereins eine besondere Veranstaltung anbieten. Als Ziel wurde ein Besuch des WDR in Köln gewählt. Die Resonanz auf dieses Angebot war derart groß, dass das Jahr 2005 das Geburtsjahr unserer nun jährlich stattfindenden Seniorenfahrten wurde. Unsere Kulturwarte suchen nun Jahr für Jahr ein Ausflugsziel aus, welches sowohl Einblicke in Unternehmen, Museen oder landschaftliche Besonderheiten bietet, als auch den geselligen Charakter nicht vernachlässigt. Zu den Zielen gehörten z.B. der Regierungsbunker in Bad Neuenahr, das Kernforschungszentrum in Jülich, die Villa Hügel in Essen, die Zeche Zollverein, das Folkwangmuseum, das Neanderthal, die Müngstner Brücke, Schloss Augustsburg in Brühl, das Schokoladenmuseum in Köln, und noch gehen den Planern die Ideen nicht aus. Diese Fahrten erfreuen sich einer derart großen Beliebtheit, dass es für die Organisatoren ganz schön schwierig wird, für z.T. über 100 Personen eine passende Lokalität zu finden, in der die geistige und optische Stärkung nun auch um die körperliche ergänzt werden kann.



Der FTV ist der einzige Verein, der sich seit 2007, nun also bereits zum 9. Mal, an der Wintersportaktion „Mama, Papa und ich“ der Stadt Krefeld und der AOK beteiligt. An 10-11 Sonntagen öffnen wir für 3 Stunden die Turnhalle Wimmersweg, in der unsere Übungsleiter und Helfer eine spannende Bewegungslandschaft aufgebaut haben und Kindern bis etwa 8 Jahren und deren Eltern und Großeltern die Möglichkeit bieten, sich an den dunklen, ungemütlichen Wintersonntagen nach Herzenslust auszutoben. Andere Krefelder Vereine sind nach und nach hinzugekommen, so dass dieses Angebot nun in vielen Krefelder Stadtteilen anzutreffen ist. Inzwischen ist dieses Angebot bei den Familien so bekannt, dass wir schon im November gefragt

werden, ob wir wieder mitmachen werden. Dieses Angebot nehmen pro Aktionszeitraum immer um die 1000 kleine und große Sportler an, so dass wir weiterhin hoffen, auch in den kommenden Jahren genügend Betreuer finden zu können, die ihre freien Sonntagnachmittage für diese Aktion zur Verfügung stellen.



Fischeln Open ist immer eine gute Gelegenheit, sich nicht nur, aber vorrangig den Fischelnern, vorzustellen. Da der Verein sich dem Breitensport verschrieben hat, sind viele Sportarten, die es bei uns gibt, nicht für eine öffentliche Vorführung geeignet, z.B. Wirbelsäulengymnastik oder Volleyball. Daher haben wir beschlossen, nur alle zwei Jahre an diesem Ereignis mitzuma-



chen. Mit Vorführungen der Kleinkinder, der Hiphoper, der Bokwa- und Zumbagruppen haben wir das Programm bereichern können. An unserem Infostand konnten sich Interessierte über unser komplettes Angebot und andere Aktivitäten erkundigen und beraten lassen.

Das traditionelle Fest der Fischelner Bürger- und Schützengesellschaft bietet den Fischelner Vereinen und Institutionen alle zwei Jahre die Möglichkeit, sich am sonntäglichen Festumzug zu beteiligen. Wir nehmen mal mit mehr, mal mit weniger Vereinsmitgliedern daran teil, weil wir uns ebenfalls als Traditionseinrichtung Fischelns ansehen. Leider hat es der Regimentsleiter



mit seinem Vereinsregiment nicht leicht, können die Teilnehmer doch nicht vernünftig marschieren, in Reih und Glied schon mal gar nicht, winken den Zuschauern am Straßenrand freudig zu, achten zu wenig auf seine Anweisungen. Aber in den meisten Fällen, wenn es nicht zu nass oder zu heiß ist, macht es den Teilnehmern viel Spaß dabei zu sein und den Verein stolz zu repräsentieren.

Die Aus- und Fortbildung ist dem Vereinsvorstand sehr wichtig, denn nur wenn unsere Übungsleiter gut ausgebildet sind, können wir sicher sein, dass sie die Übungsstunden interessant gestalten und über das notwendige medizinische Hintergrundwissen verfügen und kein Mitglied überfordert wird. Daher übernimmt der Verein die Kosten für die Lizenzverlängerungen und

Fortbildungskosten in einem großen Rahmen. Auch die Ausbildung zum Übungsleiter finanziert der Verein, wenn von Seiten des Aspiranten Interesse besteht, bei uns tätig zu werden. Auch der Vorstand ist sich bewusst, dass er ein Kleinunternehmen leitet und sich z.B. im Bereich der Finanzen, Steuern, Versicherungen, Öffentlichkeitsarbeit, der Neuen Medien, dem Vereinsrecht, Mitarbeitermanagement und im Veranstaltungsmanagement auskennen sollte. Daher haben auch sie beim Landessportbund Seminare zu diesen Themen absolviert und Lizenzen erworben.

Manchmal gibt es größere Projekte, die angepackt werden sollten, bei denen es sinnvoll ist, qualifizierte Beratung hinzuzuziehen. Die Überarbeitung der Satzung, die Mitarbeitergewinnung in der heutigen Zeit, die Beitragsgestaltung oder die zukünftige Ausrichtung und Orientierung eines Vereins können solche Themen sein. Hierzu lädt der Vorstand bei Bedarf einen Dozenten des Landessportbundes und interessierte, sachkundige Mitglieder ein um in einer Klausurtagung zu umsetzbaren, genau auf den Verein zugeschnittene Lösungen zu finden.

Ohne die Vielzahl von ausgebildeten Übungsleitern und Helfern gäbe es den Fischelner Turnverein gar nicht. Daher ist es neben der Unterstützung bei der Aus- und Fortbildung auch wichtig ihnen zu zeigen, wie sehr wir ihre Aufgabe bei uns schätzen. Wie man an anderer Stelle nachlesen kann, sind einige sogar mehrfach im Einsatz. Auch wenn sie für ihre Sportstunden ein kleines Honorar erhalten, ist dennoch viel ehrenamtlicher Optimismus notwendig um sich für die kleinen und großen Sportler zu engagieren. Sechzehn unsere Trainer sind bereits zwischen 16 und 35 Jahren bei uns tätig und haben damit schon Generationen „Beine gemacht“. Einmal im Jahr, in der Vorweihnachtszeit, werden alle, die den FTV ausmachen, zur „Übungsleiterversammlung“ eingeladen. Natürlich werden dort auch Regularien besprochen, aber das Hauptaugenmerk liegt auf einem gemeinsamen Essen und der anschließenden Bescherung als kleines Dankeschön für den unschätzbaren wertvollen Einsatz im abgelaufenen Jahr.

Wenn man einmal darüber nachsinnt, wie sich die medialen Möglichkeiten eines Vereins sich zu präsentieren in den letzten Jahren verändert haben, war das schon eine rasante Entwicklung. Noch vor wenigen Jahrzehnten veröffentlichten wir unsere Nachrichten hauptsächlich in der Fischelner Woche; Kommunikation fand per Telefon statt. E-Mails gab es schon, wurden aber längst nicht in dem Maße genutzt, wie es heute der Fall ist, aber auch das Mailing wird gerade von WhatsApp abgelöst. Im Jahr 2008 erschien, nach mehreren Anläufen in den 1990ern, unsere erste Vereinszeitung, das FTV-Forum, in dem wir über die Ereignisse der vergangenen Monate berichten. Eine Homepage hatten wir auch schon einige Jahre, in 2012 wurde sie von Dmitri Weimann, der unserer Basketballabteilung angehört, in Absprache mit dem Vorstand komplett überarbeitet. Da viele unserer Mitglieder gerne zeitnah weitere Informationen über den Verein wünschen, gibt es seit 2013 unseren Rundbrief „Neues vom FTV“, der immer dann, wenn es etwas Neues gibt, per Mail versandt wird. Natürlich muss ein Verein heute auch auf Facebook vertreten sein, um insbesondere die jüngere Generation zu erreichen. Daher kann man uns auch dort finden. Trotz aller Möglichkeiten der modernen Kommunikation nutzen wir aber auch noch das Telefon, und nicht zu vergessen, das persönliche Gespräch.



*Wenn Sie  
gutes Aussehen,  
schönes,  
gesundes Haar  
und Mode  
lieben,  
werden Sie uns mögen!*

*Haarstudio  
**VIVA PELO***

*Inh. Sevim Nourioglou  
Kölner Str. 512 · KR-Fischeln  
Telefon 0 21 51/31 29 07*

# MAXMO<sup>®</sup> Apotheke im real,- Hafelsstraße

## Typisch MAXMO & extra für Sportler:

Guter Service zum Rundum Wohlfühlen. Auch wenn der Ehrgeiz mal größer ist als das Glück, wir versorgen Sie mit allem, was Sie dann benötigen. Von der Erste-Hilfe Ausstattung über spezielle Nahrungsergänzung bis zum Outdoorschutz.

Hafelsstraße 200  
47809 Krefeld  
Tel: 02151 | 931 289-0

Öffnungszeiten durchgehend:  
Mo-Sa **9.00 - 20.00 Uhr**  
[www.maxmo.de](http://www.maxmo.de)

Wir Schützen sind mittendrin,  
wir pflegen soziale Netzwerke.



Sprechen Sie uns an!

Werden Sie Mitglied!

<http://www.fischelner-schuetzen.de/interesse.html>



**Fördern  
Feiern  
Verbinden**

*„Sport ist im Verein am schönsten“ – wir gratulieren dem  
Fischelner Turnverein zum 110-jährigen Jubiläum!*

*gut sehen  
gut hören* **OPTIK  
AKUSTIK KRISCHER KG**

Kölner Str. 526 · 47807 Krefeld · Tel. 0 21 51 / 30 25 50  
Öffnungszeiten: Montag - Freitag 9.00 - 18.30 Uhr  
Samstag 9.00 - 13.00 Uhr

## FELD TECHNIKWELTEN

Ihr Spezialist für Unterhaltungselektronik

Eigener Wartungs- / Reparaturservice und Außendienst von:

- Satellitenempfangsanlagen
- Kaffevollautomaten
- Kabel- / und Antennenanlagen
- HiFi / Audio
- LCD / LED- und Plasmareparaturen



Feld Technikwelten | Inhaber Sven Steiner e.K | Kölner Straße 560 | 47807 Krefeld | T 02151 302590 | F 02151 300036



**Wir bringen  
Ihren Einkauf  
nach Hause!**

Testen Sie unseren  
Lieferservice unter  
02151 - **53 73 93**

**REWE**  
M.Hoffmanns

Kölner Straße 524 · 47807 Krefeld

**MICHAEL VAN HÜLLEN**  
RECHTSANWALT

Arbeitsrecht | Erbrecht  
Verkehrsrecht | Strafrecht

Marienstraße 118 · 47807 Krefeld  
Tel. 02151 30 60 22 · Fax 02151 30 59 24  
MvHRA@aol.com

Seit über 25 Jahren für Sie  
in Krefeld-Fischeln



**Martin Grimmer**  
Rechtsanwalt | Fachanwalt für Familienrecht

Familienrecht | Erbrecht | Mietrecht | Verkehrsrecht

Marienstr. 118 · 47807 Krefeld  
Tel. 0 21 51 / 30 60 22  
www.anwalt.de/grimmervanhuellen

Wir gratulieren dem  
Fischelner Turnverein 1905 e.V.  
zum 110jährigem Jubiläum



www.fuchs-fotoundschreibwaren.de

**Fleischerei Pesch**



Ia-Qualität aus eigener handwerklicher  
Herstellung ist für uns selbstverständlich!

Wir gratulieren dem Fischelner Turnverein  
zum 110-jährigen Bestehen  
und wünschen für die Zukunft viele  
engagierte Mitarbeiter,  
die den Sportbetrieb weiterhin ermöglichen.

**Öffnungszeiten**

Montag/Dienstag/Freitag: 8.00 bis 13.00 Uhr und 15.00 bis 18.30 Uhr  
Mittwoch: 8.00 bis 13.00 Uhr  
Donnerstag: 8.00 bis 18.00 Uhr (Wochenmarkt)  
Samstag: 7.30 bis 13.00 Uhr

47807 Krefeld-Fischeln · Marienstraße 87 · Tel. 021 51/30 26 59

## Auf ein vorletztes Wort

Höchste Zeit noch ein paar kleine, aber nicht unwichtige Informationen anzubringen.

Falls Sie sich über die Hallenkürzel wundern, hier kommt die Auflösung:

TH = Turnhalle	MSM = Maria-Sibylla-Merian Gymnasium
GH = Gymnastikhalle	HSH = Hauptschule Hafelsstraße
GK = Gymnastikkeller	WIM = Wimmersweg
FamZ = Familienzentrum	JZ = Jugendzentrum

Wir haben uns viel Mühe gegeben, den einen oder anderen Druckfehler zu verstecken. Wenn Sie einen gefunden haben, dürfen Sie sehr stolz auf sich sein. Das gelingt längst nicht jedem.

Vielleicht möchten Sie uns dabei unterstützen, möglichst jedem, unabhängig von den finanziellen Möglichkeiten, vom Alter, Gesundheitszustand, oder von der Herkunft, den Sport zu ermöglichen, unterstützen? Dann freuen wir uns, wenn wir Sie als passives Mitglied (ab 17 Euro/Jahr) aufnehmen dürfen. **Denn wir alle sind der Fischelner Turnverein!**

Da, wo Einkaufen Freude macht!



Fischeln Open 13.09.2015

Weihnachtsmarkt 28.11. + 29.11.2015

[www.werbering-fischeln.de](http://www.werbering-fischeln.de)

werbering  
FISCHELN



In Erinnerung an unsere Mitglieder, die schon vor uns den letzten Weg gegangen sind

## Impressum

<b>Herausgeber</b>	Fischelner Turnverein 1905 e.V. Kölner Str. 574 47807 Krefeld Tel.: 02151-30 81 19 Fax: 02151-530 398 E-Mail: <a href="mailto:info@ftv1905.de">info@ftv1905.de</a> Internet: <a href="http://www.ftv1905.de">www.ftv1905.de</a>
<b>Redaktionsleitung</b>	
<b>Layout</b>	Karin Klein
<b>Redaktionsteam</b>	Karin Klein, Monika Kox, Lars Lorberg, Anja Michel, Dorothee Mues, Claudia Rams, Albrecht von Saldern
<b>Fotos</b>	Marie-Christin Erdkamp, Wolfram Jansen, Karin Klein Anja Michel, Dmitri Weimann, Privat/Archiv
<b>Anzeigenakquise</b>	Michaela Boecker, Michael Heinrichs, Regine Dickel, Karin Klein, Ivana Erdweg, Bärbel Michel, Liesel Ganser, Sabine Pannen, Rainer Godry
<b>Druck</b>	van Acken Druckerei u. Verlag UG Magdeburger Str. 5 47800 Krefeld

---

Wenn Sie Fragen haben, deren Beantwortung Sie nicht auf unserer Homepage finden, scheuen Sie sich nicht uns über das dort befindliche Kontaktformular anzuschreiben. Wir werden uns schnellstmöglich mit Ihnen in Verbindung setzen.

Wir danken allen Mitgliedern, Freunden und Förderern, die den Fischelner Turnverein 110 Jahre lang unterstützt und geprägt haben; insbesondere den vielen guten Geistern, die immer wieder neu mit anpacken und uns in vielen kleinen und großen Momenten zur Seite stehen.

In dieser Jubiläumsausgabe haben wir verschiedene Unternehmen vorgestellt. Sie, lieber Leser, dürfen die Dienstleistungen und das Warenangebot dieser Firmen selbstverständlich gerne in Anspruch nehmen.



# -FORUM

Sonderausgabe 2015

## 110-Jahre Fischelner Turnverein

Wann ist ein Geldinstitut gut für Deutschland?

Wenn es nicht nur in Geldanlagen investiert. Sondern auch in junge Talente.



**Sparkassen unterstützen den Sport in allen Regionen Deutschlands.** Sport fördert ein gutes gesellschaftliches Miteinander durch Teamgeist, Toleranz und fairen Wettbewerb. Als größter nichtstaatlicher Sportförderer Deutschlands engagiert sich die Sparkassen-Finanzgruppe im Breiten- und Spitzensport besonders für die Nachwuchsförderung. Das ist gut für den Sport und gut für Deutschland. [www.gut-fuer-deutschland.de](http://www.gut-fuer-deutschland.de)

Sparkasse Krefeld. Gut für die Region.



**SPORTLICH FIT**  
im Dienst Ihrer Gesundheit



**Wir beglückwünschen den  
Fischelner Turnverein  
zum 110-jährigen Bestehen!**

**Mühlen Apotheke**

**Mo. – Fr.** 8.00 – 18.30 Uhr  
**Sa.** 8.00 – 13.00 Uhr

**Brunnen Apotheke**

**Mo. – Fr.** 8.30 – 20.00 Uhr  
**Sa.** 9.00 – 13.00 Uhr



Kölner Str. 566-570, 47807 Krefeld-Fischeln  
Tel.: 0 21 51 / 30 96 40, Fax: 0 21 51 / 30 96 44



Kölner Straße 526, 47807 Krefeld-Fischeln  
Tel.: 0 21 51 / 30 60 31, Fax: 0 21 51 / 30 55 96

## Die Caritas gratuliert dem Fischelner Turnverein zum 110-jährigen Bestehen!

Rat und Hilfe für jeden sind unser täglicher Auftrag, ob im Alltag oder in der Not.

**Wichtige Dienste der Caritas – ganz in Ihrer Nähe:**



### Caritas-Altenheim Saassenhof

*Leben im Zentrum von Fischeln / Gute Verkehrs-  
anbindung / Cafeteria mit besonderem Ambiente ...*

Clemensstraße 15  
47807 Krefeld  
Tel.: 0 21 51 / 93 00 0  
kontakt@saassenhof.de



### Caritas-Pflegestation Kölner Straße

*Umfassende Pflege u. Betreuung im eigenen Zuhause /  
Unterstützung pflegender Angehöriger ...*

Kölner Straße 575, 47807 Krefeld  
Tel.: 0 21 51 / 31 19 75  
cps-koelnerstrasse@caritas-krefeld.de



### Caritas-Fahrbarer Mittagstisch Krefeld

*Täglich große Menü-Auswahl mit Sonderkostformen /  
Zustellbar auch an Wochenenden und Feiertagen ...*

Hansa-Haus, Am Hauptbahnhof 2, 47798 Krefeld  
Tel.: 0 21 51 / 63 95 55  
mittagstisch-krefeld@caritas-krefeld.de



### Caritas-HausNotRuf und MobilNotRuf

*Im Notfall schnelle Hilfe für Zuhause, sicher und  
komfortabel. Und für unterwegs unser MobilNotRuf ...*

Hansa-Haus, Am Hauptbahnhof 2, 47798 Krefeld  
Tel.: 0 21 51 / 65 45 92  
hausnotruf@caritas-krefeld.de

[www.caritas-krefeld.de](http://www.caritas-krefeld.de)



Caritasverband für die Region Krefeld e.V. · Hansa-Haus · Am Hauptbahnhof 2 · 47798 Krefeld