

TS79

WIR

Zeitschrift für Mitglieder

2025



Besuchen Sie uns auch
auf www.TS79.de,
auf **Facebook** und **Instagram**



Wir machen den Job wahr, den du dir vorstellst.

**Der Job, der dich und
andere weiterbringt.**

Finde mit uns im Team die Unterstützung
und den Erfolg für deine berufliche Zukunft.

Jetzt bewerben: ksk-koeln.de/karriere

Weil's um mehr als Geld geht.



Kreissparkasse
Köln

Veranstaltungs- kalender

- ▶ **Samstag, 10. Januar 2026**
Meet and Move
- ▶ **Samstag, 14. März 2026**
Tag der Rückengesundheit
- ▶ **Dienstag, 14. Juli 2026**
Fußballturnier
- ▶ **Mittwoch, 15. Juli 2026**
Ninja Battle
- ▶ **Samstag, 5. September 2026**
Meet and Move
- ▶ **Freitag, 11. September bis Sonntag, 13. September 2024**
Kultur- und Stadtfest Bergisch Gladbach
- ▶ **Freitag, 27. November 2026**
Glühweinabend

INHALT

Euer Draht zu uns Wir sind für euch da	4	Und das gab es auch noch	10
Was uns bewegt	5	Delegiertenwahl	13
Kurse und Vereine	6	Vereinsprogramm	14
Personelle Veränderungen	7	Vereinsbeiträge	22
Badminton	8	Datenschutz	23
Schwimmen und Flicflac	9		

Bitte beachte auch die aktuellen
Ankündigungen in der Tagespresse
oder auf der Internetseite
der TS 79:
www.TS79.de

▶ **Titelfoto:**
TS Ninja Schulwettbewerb 2025

Geschäftsführender Vorstand der Turnerschaft 1879 e.V.

Ludwig Kribs (Leitung Geschäftsstelle)
Ernst Hengemühle
Felix Bertenrath
Lothar Lanze

Geschäftsstelle:

Langemarckweg 14,
51465 Bergisch Gladbach
Telefon (02202) 95 28 0,
Fax (02202) 95 28 70
Postanschrift: Postfach 20 08 70,
51438 Bergisch Gladbach

Homepage: **www.TS79.de**
vorstand@TS79.de

Geschäftszeiten Infopoint:

Mo - Fr 9.00 - 13.00 Uhr
und 13.30 - 18.00 Uhr

Veränderte Öffnungszeiten in den
Sommer-/ Weihnachtsferien werden
ausgehängt.

Gesundheits- und Fitness-Studio:

Telefon (02202) 95 28 12
Studio@TS79.de

Integrativer Bewegungskindergarten und Familienzentrum Flicflac

im TS-Haus, Langemarckweg 24
51465 Bergisch Gladbach
Telefon (02202) 43 93 5,
Sprechzeiten Mo - Fr 9.00 - 16.00 Uhr
flicflac@TS79.de

Bankverbindungen:

Kreissparkasse Köln
BIC: COKSDE33XXX
IBAN: DE81 3705 0299 0311 0080 18

VR Bank eG Berg. Gladbach
BIC: GENODED1PAF
IBAN: DE49 3706 2600 3702 4290 12

Redaktionsschluss

der nächsten „WIR“: **1.4.2026**
Erscheinung voraussichtlich
Ende Mai 2026

Bitte Zuschriften mit Namen und Anschrift
fristgerecht an die Geschäftsstelle richten!
Anonyme Beiträge und Bilder können nicht
veröffentlicht werden.

Impressum:

Herausgeber: Turnerschaft Bergisch Gladbach
1879 e.V., Postfach 20 08 70, 51438 Bergisch
Gladbach, Telefon (02202) 95 28 0.
V.i.S.d.P.: Vorstand
Redaktion: Barbara Beste, Ludwig Kribs

Namentlich gezeichnete Beiträge müssen nicht
der Meinung der Redaktion entsprechen.
"WIR" erscheint halbjährlich.

Euer Draht zu uns
Wir sind für euch da

Infopoint im TS-Haus

Beratung und Information
zu Kurs- und
Vereinsangeboten

Tel.: **(02202) 95 28 0**

FAX: (02202) 95 28 -70

Info@TS79.de

Langemarckweg 24

51465 Bergisch Gladbach

Öffnungszeiten:

Mo - Fr 9.00 - 13.00 Uhr

und 13.30 - 18.00 Uhr

Gesundheits- und Fitness-Studio

Beratung und
Terminvereinbarung

Tel.: **(02202) 95 28 12**

Studio@TS79.de

Langemarckweg 31d

51465 Bergisch Gladbach

Öffnungszeiten:

Mo - Fr 8 - 22 Uhr

Sa + So 9 - 18 Uhr

Integrativer Bewegungs- kindergarten Flicflac

Tel.: **(02202) 4 39 35**

Flicflac@TS79.de

Langemarckweg 24

51465 Bergisch Gladbach

Öffnungszeiten:

Mo - Fr 7:30 - 16:30 Uhr

Geschäftsführender Vorstand

www.TS79.de



Felix Bertenrath
vorstand@ts79.de



Ernst Hengemühle
vorstand@ts79.de



Ludwig Kribs
vorstand@ts79.de



Lothar Lanze
vorstand@ts79.de

Unsere Hauptabteilungen



Claudia Abrahams
rehabilitationssport@ts79.de



Barbara Beste
kids-jugend@ts79.de



Christiane Freitag
gesundheit-fitness@ts79.de



Nico Linder
breitensport@ts79.de



Britta Schmitz
studio@ts79.de



Kathrin Schwarz
flicflac@ts79.de

Weitere wichtige Mailadressen:

info@ts79.de

► Informationen, Beratung und Anmeldung

mitgliederverwaltung@ts79.de

► Eintritte, Austritte, Fragen zu bestehenden Mitgliedschaften

rehaverwaltung@ts79.de

► Verwaltung, Abrechnung, Rehasport

buchhaltung@ts79.de

► Rechnungswesen

Was uns bewegt

Liebe Mitglieder,

ein Jahr, bei dem die Zeit bei unserer TS vergangen ist wie im Flug, geht nun zu Ende. Vieles mussten – und manches wollten wir – verändern oder erneuern, um unseren Ansprüchen an den modernen Breitensportverein zu genügen. Wir sind hierbei an die Grenzen unserer Kapazitäten gestoßen und so gibt es aus diesem Grund in diesem Jahr auch nur eine Ausgabe der WIR.

Wie Ihr seht, hat sich unser Erscheinungsbild etwas verändert. Dies hielten wir für angemessen, da wir uns künftig mit einer neuen Homepage präsentieren werden und auch das Mitgliederverwaltungsprogramm öfter zu sehen sein wird. Diese Neuerungen sollen ins Auge fallen.

Das neue Logo wurde von unserer Diplon-Grafikerin Inge Bernard entwickelt. Die Dynamik der TS 79 als Sportverein sowie eine entsprechende Farbgebung, bei der auch die Tradition Berücksichtigung fand, finden sich im Logo wieder. Auch an dieser Stelle nochmal ein Dank an Inge. Leider hat sie ihre Tätigkeit bei uns aus Altersgründen beendet und hat damit eine Lücke hinterlassen. Ebenso ist unsere Buchhalterin Susanne Henkel bei uns ausgeschieden und von den „Alten Mitkämpferinnen der TS treten aus den gleichen Gründen nun auch Gaby Lohfink, Barbara Beste und Renata Wernitz etwas kürzer bzw. wollen zumindest kürzertreten. Zu unserem Glück, lassen die Genannten die TS 79 nicht hängen und unterstützen nach Kräften unsere neugewonnenen Mitarbeiterinnen Petra Thorwesten und Aleksandra Beckmann, die angetreten sind, die entstandenen Lücken zu schließen.

Was unseren Sportbetrieb angeht, so läuft er auf Hochtouren. Im Studio finden die Mitglieder großen Gefallen am neuen Milonzirkel, den wir in der Mitte des Jahres bekommen haben. Die Reha-Abteilung wächst und auch unser Angebot an die Kinder und Jugendlichen wird ständig ausgebaut. Mit Hobby-Horsing und FlagFootball etablieren sich gegenwärtig hier neue Sportarten in unserem Angebot.

Die Entwicklung und Umsetzung eines Schutzkonzepts insbesondere zum Schutz von Kindern und Jugendlichen vor sexualisierter Gewalt, wie es seit langem bei unserem Kindergarten Flicflac schon existiert, wird gegenwärtig für den Gesamtverein umgesetzt. Wir gehen auch dieses Thema beherzt und mit Überzeugung an.

Unter dem Motto Meet and Move haben wir nach den Sommerferien einen Mitmachtag bei uns eingeführt, den es auch im neuen Jahr geben wird. Zum Jahresbeginn sowie nach den Sommerferien, wollen wir allen Interessierten Gelegenheit geben, die TS 79 aktiv bei einem Treffen oder auch direkt beim Sport kennenzulernen.

Ich wünsche uns allen ein frohes Weihnachtsfest und einen guten Rutsch in ein hoffentlich gesundes und sportliches Jahr 2026.

Euer Ludwig Kribs



Ludwig Kribs,
1. Vorsitzender der TS 79

**Unser aktuelles
Programm
findet ihr
auf unserer
Internetseite
www.TS79.de**

Programm 1. Halbjahr

- Fitness
- Gesundheitssport
- Rehabilitationssport
- Gesundheits- und Fitness-Studio
- Sportangebote für Kinder
- Wettkampfsport
- Hobbysport

**Ab dem 7. Januar beginnt
das Programm des 1. Halbjahrs 2026.**

Neben unserem hier im Heft aufgeführten Vereinsprogramm sind einige unserer Gruppen online unter „www.TS79.de“ auch für externe Teilnehmer buchbar und laufen über mehrere Einheiten. Zudem ergänzen verschiedene Workshops unser Programm.

Darüber hinaus bieten wir eine KursKarte an. Diese ermöglicht TS-Mitgliedern sowie „Nichtmitgliedern“, im angegebenen Zeitraum ganz flexibel an unserem KursKarten-Programm teilzunehmen – frei nach Wahl und so oft es die Karte vorsieht!

Alle Infos sowie Buchungsmöglichkeiten findet ihr online unter www.TS79.de

Auch in den **Weihnachtsferien** bieten wir ein attraktives Programm aus den Bereichen Fitness, Gesundheit und Entspannung, dass über eine KursKarte buchbar ist.

Solltet ihr Fragen haben, wendet euch gerne an unseren Infopoint. Wir beraten euch gerne!



Das Gesundheits- und Fitness-Studio der TS 79

- Kostenlose und unverbindliche Einführungstermine
- Training an modernsten Trainingsgeräten unter professioneller Anleitung
- Kostenlose Teilnahme in allen Sportabteilungen und fast allen Kursen der TS 79
- Ernährungsberatung
- Ärztliche Beratungszeiten im Studio



**Wieder mit uns durchstarten
und unverbindliche
Einführungs-
termine vereinbaren.**

Wir freuen uns auf dich!

TS 79 Bergisch Gladbach

Langemarckweg 31 d • 51465 Bergisch Gladbach • Tel.: (02202) 95 28 12 • www.TS79.de
Aktuelle Öffnungszeiten auf unserer Homepage.

Personelle Veränderungen bei der TS 79

Das Gesicht der Turnerschaft



Ein Dank an Inge Bernard, die am 31. März 2025 in den Ruhestand ging.

Langjährige Vereinsmitglieder erinnern sich vielleicht noch an das kleine, eher unscheinbare Heftchen, das alle Vierteljahre mit der Post kam. Es hieß „Wir“ mit einem grünen I-Punkt versehen.

Ein „Heftchen“ mit dem Namen „Wir“ gibt es auch heute noch, denn es ist die Vereinszeitschrift unserer TS 79. Allerdings steht das Heft regelmäßig nun ganz anders da. Es erfüllt alle Ansprüche, die in der heutigen Zeit an ein Printmedium gestellt werden. Hinter der Entwicklung zum heutigen Erscheinungsbild steckt in aller erster Linie eine Person, Inge Bernard.

Im Jahr 2011 kam Inge, eine ausgebildete Diplom-Designerin zu uns. An zwei Tagen in der Woche arbeitete sie in der Geschäftsstelle. Vorne links am Fenster war ihr Platz. Eine zierliche Person vor zwei riesigen Bildschirmen. Immer mit Ernst bei der Sache und hochkonzentriert. Mit der ihr eigenen Liebe zu jedem Detail widmete sich Inge allen Publikationen, die für die TS 79 erschienen.

Sie kümmerte sich um Veröffentlichungen im Internet, Flyer, Programmhefte, Newsletter – und um die Neugestaltung der „Wir“.

Inge schaffte es trotz einer Vielfalt an Bildern und Inhalten, allen Publikationen der TS79 ein unverwechselbares Gesicht zu geben. Die Vielseitigkeit des Vereins darzustellen ist ihr perfekt gelungen. „Perfektion“ war auch immer Inges Ziel. Zweitklassige Lösungen kamen für sie nicht in Betracht.

Am 31. März 2025 ging Inge in den wohl verdienten Ruhestand. Aber auch über diesen Termin hinaus, wird Inge das Erscheinungsbild der TS 79 noch weiter prägen. In den letzten Monaten befasste sie sich intensiv mit einem sogenannten Re-Design. Nach zahlreichen Gesprächen und Erläuterungen und Erklärungen der Hintergründe für gewählte Veränderungen, überzeugte uns dieses vollends. Gegenwärtig präsentieren wir das veränderte Erscheinungsbild der Öffentlichkeit und passen alle Außenauftritte entsprechend an.

Inge Bernard reiht sich unter diejenigen ein, die der TS 79 ihren Stempel aufgedrückt haben. Im Namen des Vereins bleibt da nur noch, herzlich Danke zu sagen und ihr alles erdenklich Gute für den wohlverdienten Ruhestand zu wünschen.

Der Vorstand der TS79

Abschied von Susanne Henkel



Zugegeben: Eine gute Buchhaltung ist nicht alles. Aber ohne eine gute Buchhaltung ist fast alles nichts. Auch bei der TS79 würde Chaos ausbrechen, wenn es nicht im Hintergrund Menschen gäbe, die sich im Hintergrund darum kümmern, dass der Laden läuft:

Sportprogramme sind zu erstellen, die Mitgliederverwaltung ist zu regeln und die Zahlungsflüsse, wie z.B. die Bezahlung der Übungsleiter*innen und Mitarbeiter*innen haben zu erfolgen.

Es sind nicht weniger als 14 Aufgabenbereiche, die insoweit auf die Buchhaltung entfallen. Diese in Teilzeit umzusetzen und das seit fast einem Viertel Jahrhundert ist Susanne Henkel gelungen.

Außerordentlich kompetent, zuverlässig und trotzdem für alle die Sporttreibenden, die im TS-Haus ein- und ausgehen sozusagen unsichtbar, hat Susanne ihren Job gemacht.

Wir alle hätten uns gefreut, wenn sie noch bis zum Erreichen ihres Altersruhestandes geblieben wäre, aber private Umstände haben Susanne veranlasst, die TS 79 auf eigenen Wunsch zum 31. Juli 2025 zu verlassen.

25 Jahre Zahlenakrobatik für den Verein. Eine großartige Leistung!

Wir sagen ein herzliches Dankeschön und geben Susanne die besten Wünsche für die berufliche und private Zukunft mit auf den Weg.

Irmtraud Schumacher

Vorstellung unserer neuen Mitarbeiterin für Buchhaltung und Mitgliederverwaltung

Mein Name ist Petra Thorwesten. Ich bin 54 Jahre alt, verheiratet, und Mama einer 15jährigen Tochter.

Als ausgebildete Steuerfachangestellte bringe ich seit März dieses Jahres mein Wissen und meine Erfahrungen in der Buchhaltung und der Mitgliederverwaltung der TS79 ein. Es ist spannend, den großen Verein in Gänze zu erleben.

Auf das große und tolle Sportangebot der TS 79, an dem ich selbstverständlich teilnehmen möchte, freue ich mich sehr.

Bisher waren Skifahren und Walken meine liebsten Sportarten, mal schauen, was ich Neues für mich entdecken kann.

Mein Name ist Aleksandra Beckmann, ich bin 45 Jahre alt, verheiratet und habe zwei Kinder.

Ich unterstützte seit Dezember die Geschäftsstelle, und freue mich auf neue Aufgaben.

Aus den Abteilungen Badminton



Wir von der BAT Saisonrückblick 2024/25 und Ausblick 2025/26

Wo Federbälle glühen, sind unsere BAT-Teams zur Stelle. Die Verbandsliga-Saison hat unsere 1. Mannschaft am Ende mit dem Gang in die Landesliga abgeschlossen. Nach packenden Duellen und oft knappen Spielen fehlten am Ende die Punkte, um den Klassenerhalt zu sichern. Diese Erfahrung wird uns im kommenden Jahr stärken: Mit neuem Ehrgeiz greifen wir in der Landesliga sofort wieder an. Zeitgleich verbuchen wir zwei Aufstiege: Die 2. Mannschaft sicherte sich souverän den Platz für die Bezirksliga in der kommenden Spielrunde. Unsere 3. Mannschaft krönte ihre Spielzeit mit dem Sprung in die Bezirksklasse. Glänzen konnte auch unsere ambitionierte Kreisklasse-Mannschaft (BAT4) und freute sich über einen guten Platz im Mittelfeld.



BAT 4 – unser ehrgeiziges Team drückte richtig auf die Tube



BAT 3 – Gute Leistungen mit Aufstieg in die Bezirksklasse belohnt

Saisonstart 2025/26: Vier Seniorenteams & U15-Mini-Team

Im September beginnt die neue Mannschaftsrunde mit insgesamt fünf Teams. Es starten wieder vier Seniorenteams (Landes-, Bezirksliga, Bezirks- und Kreisklasse) und eine U15-Mini-Mannschaft als Sprungbrett für die jüngsten Talente. Bereits jetzt steht die Planung für einen Trainingsworkshop gleich nach der Sommerpause, um schnell wieder fit für die Punktspiele zu werden.

Judith Bienen glänzt bei Westdeutschen O55

Am 4. Mai 2025 sicherte sich Judith Bienen den Titel im Dameneinzel bei den Westdeutschen Meisterschaften O55. Ein Highlight, das uns noch lange im Gedächtnis bleiben wird. Auf den kurze Zeit später ausgetragenen Deutschen Meisterschaften O55 in Solingen spielte sie sich im Einzel und zusätzlich mit ihrem Partner aus Mülheim im Mixed bis in die zweite Runde, bevor sie gegen die an Position 1 gesetzte Paarung ausschieden. Ein Beweis dafür, dass unsere Athletin auf höchstem Niveau mithalten kann.



Da strahlt Judith, unsere Westdeutsche Meisterin O55

Vereinsmeisterschaften

Thilo Müllers holte sich souverän den Titel im Herreneinzel bei den Erwachsenen. Liane Vierkotten behielt im Dameneinzel die Nase vorn und im FUN-Doppel-Pokal siegten Marcel Schörfke mit Annika Westerweller im diesmal recht ausgeglichenen Teilnehmerfeld. Die Jugend-Vereinsmeistertitel gingen an Jana Berscheid und Henrik Koopmann.

Zahlreiche Mitglieder bewiesen zudem auf Privatturnieren in der Zwischensaison ihre Klasse und erspielten viele Podestplätze für die BAT.



Jana und Henrik bei der Übergabe der Vereinsmeisterschafts-Pokale



Leonie mit Vaibhav, der auf seinem ersten Ranglistenturnier tolle Spiele ablieferte

Ausblick: Sommerpause und Vorfreude auf 2025/26

Nach einer wohlverdienten Pause in den ersten drei Sommerferienwochen starten wir im September mit frischem Elan in die Saison 25/26. Unser Ziel: Jeder soll Spaß am Spiel haben, seine persönliche Bestleistung erreichen und gemeinsam Siege feiern.

Lars Vierkotten
Abteilungsleiter Badminton

Interview mit Tobias Kirchesch



Was hat dich persönlich so sehr am Schwimmen fasziniert, dass du heute am Beckenrand statt nur im Wasser stehst?

Tatsächlich stehe ich als Schwimmlehrer für die angehenden Seepferdchen bei fast allen Gruppen IM Wasser. Die Motivation, neben meiner Tätigkeit als Lehrer, als Schwimmlehrer beim TS79 zu arbeiten, kam daher, dass ich eine Nebentätigkeit mit Sinnhaftigkeit suchte. Ich erlebe als Sportlehrer oft, dass Kinder nicht schwimmen können. Daher kam die Stellenausschreibung als Schwimmlehrer für Schwimmanfänger damals genau richtig, so dass ich dazu beitragen kann, Kindern das Schwimmen beizubringen.

Was bringt dich beim Training mit deiner Gruppe immer wieder zum schmunzeln?

Was mich immer wieder fasziniert ist, wie die Kinder über sich hinauswachsen. Kin-

der die mit Angst zum Schwimmunterricht kommen, diese überwinden, Spaß am Element Wasser finden und dann irgendwann Seepferdchen machen. Aber auch die Jugendlichen, die für das Hai Abzeichen trainieren und ihr Bestes geben, um die Anforderung zu schaffen, beeindrucken mich immer wieder.

Teil dieses Prozesses zu sein finde ich toll und motiviert mich bei jedem Training aufs Neue.

Wenn Du nur eine Sache im Sport vermitteln dürftest – was wäre es?

Die perfekte Wasserlage.

Was macht deine Schwimmgruppe für dich ganz besonders?

Ich habe in der Woche neun Schwimmgruppen und jede einzelne ist durch ihre Teilnehmer etwas besonderes. Jedes Kind und jeder Jugendliche macht durch seine einzigartige Persönlichkeit die Gruppe zu etwas ganz besonderem. Es ist schön zu sehen wie die Gruppen über die Zeit zusammen wachsen und sich die Kinder und Jugendlichen gegenseitig motivieren. Besonders freut mich, wenn sich die ganze Gruppe für ein Kind freut, was sein nächstes Schwimmabzeichen geschafft hat.

Stell dir vor, du dürftest ein Schwimmtraining an einem ganz besonderen Ort der Welt geben – wo wäre das und warum?

Auf einer Südseeinsel mit weißem Strand, da ich das glasklare Meer und die Wärme liebe.

Es wurde kindgerecht erklärt, wie die Astronauten ihre Raumanzüge tragen müssen und was es mit den berühmten Mondmodulen aus der Apollo-Zeit auf sich hat. Viele Kinder waren fasziniert von den technischen Geräten und Modellen. „Das war ein richtig cooler Tag“, fasste Paul begeistert zusammen. Auch die ErzieherInnen zeigten sich beeindruckt und sagten: „Die Kinder waren mit großem Interesse dabei. Es ist toll zu sehen, wie früh sich schon echtes Verständnis für Wissenschaft und Technik entwickeln kann“. Es war ein spannender und faszinierender Tag, der neues Wissen vermittelt und viel Spaß gemacht hat. Bei manchen wurde der Traum geweckt zu den Sternen fliegen zu wollen.



Unsere Flicflac Vorschulkinder auf Weltraummission

Ein aufregender Ausflug führte die Vorschulkinder des integrativen Familienzentrums Flicflac, im Mai 2025, zur Europäischen Weltraumorganisation ESA in Köln. Ins Europäischen Astronautenzentrum (EAC), wo sonst echte AstronautInnen für ihre Weltraummission trainieren. Bereits die Anreise mit dem Bus und der S-Bahn war ein Abenteuer für die kleinen Weltentdecker. Denn für einige Kinder war es in ihrem Leben die erste Fahrt mit der S-Bahn.

In den hellen Räumen der ESA erwartete die Kinder ein spannendes Programm,

rund um den Mond, die Internationale Raumstation ISS und die Zukunft der Raumfahrt. Drei Stunden lang tauchten sie in eine andere Welt ein. Sie sahen beeindruckende Filme von Raketenstarts und dem Leben in der Schwerelosigkeit. Sie lernten wie Astronauten essen, schlafen und auf Toilette gehen.

Ein besonderes Highlight war das Modell der Mondstation „EL3“, die derzeit von der ESA, gemeinsam mit internationalen Partnern geplant wird. Die Kinder durften ganz nah heran, einen Blick ins Innere werfen und sich vorstellen, wie es wäre, selbst einmal dort oben zu wohnen. „Ich möchte auch mal zum Mond fliegen und da schlafen“ rief die fünfjährige Ela begeistert.

Und das gab es auch noch



Deutsche Hallenmeisterin 2025 im Hochsprung W 70

Vom Alpinsport bis zu Wassersportarten – Sport begleitet Barbara Schreiber bereits ihr ganzes Leben lang. Und seit 1997 gehört auch das regelmäßige Training im Gesundheits- und Fitness-Studio der TS79 zu ihrem Fitnessprogramm dazu. Das reichte ihr scheinbar aber noch nicht, um sich sportlich auszutoben:

Vor wenigen Jahren entschied sich Barbara für einen Neubeginn in der Leichtathletik und startete das Training in den Disziplinen Hochsprung, Speerwurf und Kugelstoßen – und das mit Erfolg! Ihre Leistungssteigerung reichte innerhalb kurzer Zeit aus, um bei Landes-, Bundes-, Europa- und sogar Weltmeisterschaften starten zu können – und zwar in der Altersklasse der Seniorinnen und Senioren, zu der man ab dem 35. Lebensjahr gehört. Bei der Wertung in dieser Altersklasse werden übrigens jeweils 5 Jahrgänge zusammengefasst.

Barbara scheute sich nicht davor, sich dem internationalen Vergleich zu stellen, was mit einem positiven Nebeneffekt verbunden war. Im Rahmen der Wettkampfteilnahme steuerte sie schöne Ziele an wie Aarhus, Malaga, Venedig, Tampere, Pescara und Göteborg.

Ein diszipliniertes, regelmäßiges Training in der Sporthalle und im Stadion sowie ein auf ihre leistungsorientierten Ziele hin abgestimmtes Training im Fitness-Studio der TS 79 haben Barbara in diesem Jahr nicht zuletzt den Titel der Deutschen Hallenmeisterin im Hochsprung – 102 m – in der Altersklasse W 70 beschert. Wir gratulieren du diesem Erfolg!

Vielleicht ist Barbara Schreibers Entschlossenheit und Freude am Sport ja für die* den ein oder andere*n TS-Sporttreibende*n ein Ansporn, es ihr gleich zu tun.

Ist Krafttraining gefährlich für Jugendliche?

Ein Rückblick zu unserem Vortrag im Januar

Immer mehr Jugendliche gehen ins „Gym“ und wollen Muskeln aufbauen. Die Motivationen dabei sind vielfältig. Sich besser fühlen, besser aussehen oder besser in der eigenen Sportart performen sind nur einige der Gründe. Und obwohl „Fitnessstudio“ heute die beliebteste Sportart in Deutschland ist, gibt es immer noch Mythen und Unklarheiten über das Training im Kindes- und Jugendalter. Im Januar haben wir das Thema deshalb in einem Vortrag näher beleuchtet. Das Wichtigste erfährst du hier.

Wie sinnvoll ist Training für Kinder- und Jugendliche?

Grundsätzlich ist Bewegung essenziell für die Entwicklung von Kindern und Ju-

gendlichen. Wer ausreichend Sport treibt, unterstützt den Körper und das Gehirn in der Wachstumsphase. Konkret wird das Herz-Kreislauf-System gestärkt, die Motorik verbessert, die Körperkomposition verbessert und die Knochendichte gestärkt. Auch auf die Persönlichkeitsentwicklung und auf ein gutes Körper- und Selbstwertgefühl kann sich das Training positiv auswirken. Die meisten Kinder in Deutschland bewegen sich aber grundsätzlich zu wenig. Die Weltgesundheitsorganisation empfiehlt 60 Minuten Bewegung am Tag – das schaffen grade mal 15% aller Kinder in Deutschland.

Muss es denn Krafttraining sein?

Krafttraining ist aktuell stark im Trend. Viele Jugendliche sind motiviert, in einem Fitnessstudio zu trainieren und kommen so auf mehr Bewegungsminuten. Krafttraining hat aber auch entscheidende Vorteile gegenüber anderen Sportarten. Zum einen ist Krafttraining sehr sicher – die Verletzungsrate z.B. im Fußball oder Tennis liegt deutlich höher. Das liegt daran, dass Krafttraining in Geräten geführt ist und falsche Bewegungen eher ausgeschlossen werden. Beim Training mit Freihanteln ist dann etwas mehr Übung gefragt, es passiert aber auch hier nichts Unerwartetes. Das kann natürlich nicht vorausgesetzt werden, wenn beim Fußball plötzlich ein Gegenspieler reinrätst oder man beim Tennis sehr schnell reagieren muss.

Der zweite Vorteil ist, dass Krafttraining gut dosiert werden kann. Das Gewicht kann sehr genau eingestellt werden und über die Anzahl an Sätzen und Wiederholungen kann auf den individuellen Trainingszustand eingegangen werden.

Welche Gefahren gibt es durch Krafttraining?

Wie bei jeder Sportart sind Überlastungen natürlich möglich. Wer jeden Muskel fünf Mal in der Woche maximal trainiert, braucht sich über eine gereizte Sehne nicht zu wundern. Wenn das Training durch eine/n Trainer/in gut geplant wurde und die Übungen korrekt durchgeführt werden, sind die Gefahren sehr begrenzt. Im Vordergrund sollten besser die positiven Aspekte stehen wie z.B. die Reduzierung von Schmerzen. Viele Kinder haben Rückenschmerzen, weil die Muskulatur zu schwach ist oder der Rücken durch das ständige Sitzen und Fehlhaltungen (z.B. während der Handynutzung) einseitig belastet wird. Wer seinen Rücken durch

Und das gab es auch noch

Training stärkt, beugt hier schon im jungen Alter vor – und hat später viel davon.



Wie sollten Jugendliche also trainieren?

Pauschal lässt sich das nicht sagen. Der individuelle Trainingszustand, die Trainingsziele und auch die alltägliche Belastung sind entscheidend für eine gute Trainingsplanung. Das Wichtigste ist, dass die Bewegungsausführung beim Training stimmt und dass die Belastung passend gewählt ist. Für Anfänger und „jüngere Jugendliche“ eignen sich zu Beginn vor allem Übungen mit dem eigenen Körpergewicht wie Klimmzüge, Kniebeugen und Liegestütze. Auch das Training an Geräten kann sinnvoll sein, weil die Bewegungen dabei geführt sind.

Insgesamt sollte Bewegung bei Jugendlichen vielseitig sein und Sport in ihrem Alltag integriert sein – dabei kann das „Gym“ ein Teil davon sein.



Bereit für die Zukunft?

Am 01. Juli war es soweit, ein neuer „Milon Q“ Kraft-Zirkel wurde bei uns im Gesundheits- und Fitness-Studio installiert. Wir freuen uns sehr, Euch damit eine neue und zeitgemäße Trainingsmöglichkeit anzubieten. Das Training hat sich durch mehr Interaktion mit den Geräten im Vergleich zu unserem alten milon Zirkel deutlich verändert. Die neuen Möglichkeiten für Euch im Überblick.

Was ist milon Q:

Das milon Zirkeltraining revolutioniert die Welt des Fitness- und Gesundheitstrainings schon seit Jahren immer wieder aufs Neue, so auch der neue milon Q Zirkel. Anders als unser bisheriger milon

Kraftausdauer-Zirkel, bietet milon Q viele weitere Trainingsarten, die das Training in seiner Effizienz und Effektivität in den Vordergrund stellt und es Nutzern ermöglicht, in kürzester Zeit maximale Trainingserfolge zu erzielen. Neu bei uns ist auch der **Milonizer**, ein Test- und Analysetool (siehe Foto) das durch ein Abscannen der zu testenden Person, sowohl die Einstellungen der Geräte vornimmt, als auch Aussagen zur Beweglichkeit und beispielsweise dem Sarkopenie-Status (altersbedingter Muskelabbau) trifft.

Der Wechsel von Muskelgruppen steigert die Effizienz für den Nutzer und bietet ein vollständiges Training in nur etwa 35 Minuten. Ob Anfänger oder Fortgeschrittener, jung oder alt, milon Q ist für alle geeignet und zeichnet sich durch seine hohe Wirksamkeit beim Muskelaufbau aus. Die Geräte im Zirkel sind so konzipiert, dass sie jeden Muskel im Körper effektiv ansprechen. Neben dem **Muskelaufbau**, gibt es mit den Zielen **Gewichtsreduktion und Schmerzfreiheit** weitere Trainingsmotive für die das Training sehr wirksam ist.

Diese KI gestützten Wahlmöglichkeiten zur Anpassung des Trainings stehen dazu zur Verfügung:



Adaptives Training

Beim adaptiven Training passt sich die Gerätebelastung dynamisch an die momentane Leistungsfähigkeit des Nutzers an. Dies bedeutet, dass das Gerät den Widerstand während des Trainings verringert, wenn die Muskelkraft nachlässt, um eine kontinuierliche und optimale Beanspruchung zu gewährleisten. Diese Methode ermöglicht es, während des gesamten Satzes maximale Muskelermüdung zu erreichen, was zu einer schnelleren und effektiveren Muskelentwicklung beiträgt.

Isokinetisches Training

Das isokinetische Training ist besonders effektiv für die Rehabilitation nach Verletzungen oder Operationen. Bei dieser Methode wird eine konstante Trainingsgeschwindigkeit vorgegeben, die abhängig von der eingesetzten Kraft zu einer

Erhöhung oder Verminderung des Trainingsgewichtes führt. Dies führt zu einer gleichmäßigen und kontrollierten Muskelbeanspruchung, die die Gelenke schont und ein sicheres Training ermöglicht.

Überhöht-exzentrisches Training

Diese Trainingsform nutzt die Tatsache, dass Muskeln in der exzentrischen (nachgebenden) Phase stärker sind. Der milon Zirkel erhöht den Widerstand in dieser Phase, was zu einer intensiveren Muskelbeanspruchung führt. Diese Methode ist besonders wirksam für den Muskelaufbau und die Steigerung der Muskelkraft. Am Beispiel einer immer älter werdenden Gesellschaft und den damit verbundenen Herausforderungen für jeden von uns, lässt sich die Notwendigkeit für ein **kontinuierliches Krafttraining** - auch bereits in jungen Jahren - in **richtiger Intensität und Ausführung** sehr gut verdeutlichen. Unser Körper unterliegt einem stetigen Alterungsprozess, der zu Leistungsverlusten durch **weniger Muskelmasse, und dadurch weniger Kraft und Stabilität** führt.

Fazit: Das milon Q Training bietet eine innovative Methode im Bereich des Fitness- und Gesundheitstrainings dar, die **Effizienz, Effektivität und individuelle Anpassbarkeit** in den Vordergrund rückt. Durch die Kombination von **adaptivem, isokinetischem und überhöht-exzentrischem Training** ermöglicht der milon Zirkel ein **ganzheitliches und gelenkschonendes Training**, das sowohl für Anfänger als auch für fortgeschrittene Trainierende geeignet ist und dem natürlichen Alterungsprozess entgegenwirken kann. Die Möglichkeit, in nur etwa 30 Minuten ein umfassendes Ganzkörpertraining zu absolvieren, macht ihn ideal für Menschen mit begrenzter Zeit. Gleichzeitig bietet der milon Zirkel durch seine fortschrittliche Technologie und die individuelle Anpassung der Geräte an jeden Nutzer ein sicheres und zielgerichtetes Trainingserlebnis.

Los geht's!
Wir freuen uns auf Euch.



Und das gab es auch noch

Neue Trends in der Abteilung Kids und junge Leute

Toben, Hobby Horsing, Turnen, Tanzen, Schwimmen, Leichtathletik, LaserRun, Parkour und Freerunning – und nicht zu vergessen unsere Badminton-, Fußball- und weitere Ballsportgruppen – die Angebotspalette für Kinder ab 12 Monaten bis hin zu jungen Leuten in der TS 79 ist breit gefächert.

Das ist allerdings kein Grund für uns, uns auszuruhen. Wir haben unsere Antennen ständig ausgefahren, um die Entwicklung von Trends in der Sportlandschaft zu beobachten.

So wurden wir z.B. vor mittlerweile mehr als 12 Jahren Vorreiter im Angebot von „Parkour und Freerunning“ und waren stolz darauf, interessierten Kindern und Jugendlichen ein geschütztes und fachlich hoch-qualitatives Training in unserer vereinseigenen Sporthalle bieten zu können. Das völlig neu auf dem Markt erschienene Geräte-Equipment mit großer Variabilität in der Zusammenstellung macht das Training bis heute so attraktiv,

dass es dem freien Training im urbanen Raum sehr nahekommt. Das große Interesse an Parkour ist nicht abgeklungen. Es ist inzwischen eine weithin anerkannte Sportart.

Ein weiterer Trend, den die TS 79 für einige Jahre aufgegriffen hat, ist Capoeira, die brasilianische Tanz- und Kampfsportkunst.

Mit dem Angebot „Hobby Horsing“ ist die TS 79 seit knapp einem Jahr einem ganz frischen Trend nachgegangen. Wir sind gespannt, ob sich der Hype aus den skandinavischen Ländern – allen voran Finnland, auch in unseren Breiten durchsetzt. Zumindest gibt es bereits ein festes Reglement zum Wettkampfsport. Im Ursprungsland Finnland, werden unter strengen Richtlinien bereits seit Jahren „Championchips“ ausgetragen und es gibt auch in Deutschland schon Meisterschaften in verschiedenen Disziplinen.

Mit der Anschaffung von den im Modernen Fünfkampf zum Einsatz kommenden Laserpistolen widmen wir uns der neuen Sportart LaserRun. In Kürze ergänzen wir das entsprechende Angebot auch auf

eine Art Biathlon, wozu ebenfalls besonderes Equipment angeschafft wurde.

Mit „Flag-Football“ präsentiert die TS 79 in Kürze ihr neuestes Trend-Angebot – gleichermaßen für Kids und Erwachsene: Seit Jahren wächst der Hype um American Football in Deutschland. Die NFL (größte Football Liga der Welt) expandiert mit sogenannten „International Games“ nach Europa. Auch in Deutschland findet seit 2022 jährlich ein Spiel statt. Die körperliche Härte und das Risiko, sich zu verletzen, schreckt allerdings viele ab, die eigentlich gerne American Football spielen würden. Hier kommt Flag-Football ins Spiel, eine Unterart von American Football. Diese vergleichsweise sanftere Alternative zu American Football wird von Männern und Frauen in gemischten Gruppen ohne harten Körperkontakt gespielt. Da das Interesse schneller zu wachsen scheint als Trainings- und Spielangebote vorhanden sind, hat die TS79 diese Angebotslücke geschlossen.

Nach zwei Workshops im Spätsommer gibt es nun ein festes wöchentliches Angebot (siehe Vereinsprogramm).

VIESSMANN
for our climate

Die neue Generation der Wärmepumpen: Vitocal 250-A

- + Mit bis zu 70 °C Vorlauftemperatur bestens für die Modernisierung geeignet
- + Schont die Umwelt und das Klima durch Verwendung des natürlichen Kältemittels R290 (Propan)

viessmann.de/vitocal



Wir beraten Sie gern:

verbert
SANITÄR 🔥 HEIZUNG 🔥 ELEKTRO

An der Kittelburg 21 | 51469 Bergisch Gladbach
02202-251111 | info@verbert.de

Abschluss des Wahlverfahrens für die Delegiertenversammlung 2025 und Vorstellung der Ergebnisse

Verbunden mit der Durchführung des Wahlverfahrens zur Delegiertenversammlung für die Abteilungen im Bereich des Gesundheits- und Freizeitsports, wurden in den letzten Ausgaben der Vereinszeitung zunächst Kandidatenvorschläge gesammelt und anschließend zur Wahl gestellt.

Das gesamte Verfahren, einschließlich der Stimmauszählung, wurde dabei vom Wahlausschuss, dem neben Heiner Rath und Irmtraud Schumacher, als Vorsitzender auch unser Finanzvorstand, Lothar Lanze angehört, begleitet und überprüft.

Der Vorstand ist nunmehr in der Lage, Ihnen die Wahlergebnisse für die oben genannten Abteilungen vorzustellen und dadurch ein repräsentatives Abbild der Vereins- und Mitgliederstruktur in der Hauptversammlung 2025 begrüßen zu können.

Für die zukünftige Arbeit der neuen Delegierten wünschen wir viel Erfolg.

Lothar Lanze



Stimmauszählung Abteilung Breitensport

Als Delegierte wurden gewählt:

Walter Paulig	Stefan Ramacher	Ulla Ramminger
---------------	-----------------	----------------

Stimmauszählung Abteilung Fitness und Gesundheit

Als Delegierte wurden gewählt:

Agnes Friedrich	Irmtraud Schumacher
-----------------	---------------------

Als Ersatzdelegierte rückt nach:

Michael Schlömer	Josefine Wittkopf	Inge Dreier
Susanne Wihl	Ellen Dhein	

Stimmauszählung Abteilung Gesundheits- und Fitness-Studio

Als Delegierte wurden gewählt:

Anneliese Baldewig	Peter Schlösser	Ortwin Kröninger
Dieter Frößler	Matthias Beggerow	

Als Ersatzdelegierte rückt nach:

Gabriele Laue	Roland Kriegsmann	Andreas Hahner
Guido Malzahn	Guido Renner	

Stimmauszählung Abteilung Rehabilitationssport

Als Delegierte wurden gewählt:

Martina Löffelsend	Karin Thurn	Johannes Gierschner
--------------------	-------------	---------------------

Als Ersatzdelegierte rückt nach:

Heinz Günter Asselborn	Ursula Tiegel	Elisabeth Potratz
Ingrid Gallinat	Günter Heinke	Klaus Berzbach

Stimmauszählung Abteilung Kids und junge Leute

Als Delegierte wurde gewählt:

Catrin Kuhnert

Vereinsprogramm für Mitglieder

Badminton • Lars Vierkotten, Tel. (02204) 58 58 29 - Badminton@bat-bgl.de - www.bat-bgl.de

Kinder und Jugendliche

mi	17.00-19.00	SH Feldstraße	Einsteiger	Lars Vierkotten & Trainerteam
fr	16.00-18.00	SH Feldstraße	Einsteiger + Mannschaft	Lars Vierkotten & Trainerteam

Erwachsene Freizeit- und Mannschaftstraining

mo	20.00-22.00	SH Feldstraße	Lars Vierkotten & Trainerteam
mi	19.00-22.00	SH Feldstraße	Lars Vierkotten & Trainerteam
do	20.00-22.00	SH Feldstraße	Lars Vierkotten & Trainerteam

Bridge • Irmgard Schaar, Tel. (02204) 91 93 00

<u>Erste</u> <u>Irmgard Schaar, Tel. (02204) 91 93 00</u>	
Spielpartner-Vermittlung:	Irmgard Schaar, Tel. (02204) 91 93 00
Sportwartin:	Gudrun Berg, Tel. (02207) 919 16 26
mo 14.00-18.00	TS-Haus, Salon
fr 14.00-18.00	TS-Haus, Salon

Gesellschaftstanz • Tel. (02202) 95 28 0

Let's dance am Samstagabend

sa	16.00-17.30	TS-Haus, Loft	Michael Spindler
----	-------------	---------------	------------------

Handball • Tel. (02202) 95 28 0 oder über HSG, www.refrath-hand.de

Infos zu aktuellen Trainingszeiten bitte telefonisch erfragen.

Altersklassen / Geburtsjahrgänge Saison 2025/2026 :

Minis:	2017 und jünger
E-Jugend:	2015/2016
D-Jugend:	2013/2014
C-Jugend:	2011/2012
B-Jugend:	2009/2010
A-Jugend:	2007/2008
Senioren:	2006 und älter

Minis

mo	16.15-17.15	SH IGP	Diana Brandes
mi	16.15-17.15	SH IGP	Diana Brandes
fr	15.15-16.30	TH Steinbreche	Julian Graf

Weiblich

E1-Jugend weiblich

di	17.00-18.15	SH IGP	Alex Krause / Diana Brandes
fr	17.30-18.45	SH IGP	Alex Krause / Diana Brandes

E2-Jugend weiblich entfernt! (zuvor bereits – jetzt nur markiert)

D1-Jugend weiblich

di	17.00-18.30	SH IGP	Merlin Kufner / Andre Pickartz
do	18.00-19.30	SH IGP	Merlin Kufner / Andre Pickartz

D2-Jugend weiblich

di	17.00-18.30	SH IGP	Merlin Kufner / Andre Pickartz
do	18.00-19.30	SH IGP	Merlin Kufner / Andre Pickartz

C1-Jugend weiblich

mo	18.15-19.45	SH IGP	Dirk Rath / Daniel Lay
mi	18.30-20.00	SH IGP	Dirk Rath / Daniel Lay

B1-Jugend weiblich

di	18.30-20.00	SH IGP	Jessica Schwarze / Moritz Prinz
do	18.00-19.30	SH IGP	Jessica Schwarze / Moritz Prinz

A-Jugend weiblich

di	18.30-20.00	SH IGP	Till Spanka
fr	19.00-21.00	SH IGP	Till Spanka

1. Damen

di 20.00-21.30
do 20.00-21.30

SH Ahornweg
SH IGP

Martin Mokris
Martin Mokris

2. Damen

di 20.00-21.30
do 20.00-21.30

SH IGP
SH IGP

Steven Ley
Steven Ley

Männlich

E1-Jugend männlich

mi 17.00-19.00
fr 16.30-18.00

SH IGP
GGs an der Strunde/SH Ahornweg

Marco Hrga / Matti Henjes
Marco Hrga / Matti Henjes

E2-Jugend männlich

mi 17.00-19.00
fr 16.30-18.00

SH IGP
GGs an der Strunde/SH Ahornweg

Lorenz Scharr / Daniel Mays
Lorenz Scharr / Daniel Mays

E3-Jugend männlich

mi 17.00-18.30
fr 16.30-18.00

TH Steinbreche
TH Steinbreche

Jens Rüdeshheim / Daniel Mays
Jens Rüdeshheim / Daniel Mays

E4-Jugend männlich

mi 17.00-18.30
fr 16.30-18.00

TH Steinbreche
TH Steinbreche

Ulrich Krabbe
Ulrich Krabbe

D1-Jugend männlich

mo 17.00-18.30
do 17.00-18.30

SH IGP
SH Ahornweg

Dennis Marquardt / Tim Bertram
Dennis Marquardt / Tim Bertram

D2-Jugend männlich

mi 16.00-18.30
do 17.30-19.00

SH Ahornweg
TH Saaler Mühle

Uli Höhne / Jonas Peters
Uli Höhne / Jonas Peters

C1-Jugend männlich

di 18.00-19.30
mi 18.00-19.30
fr 18.00-19.30

SH Ahornweg
SH Ahornweg
SH Ahornweg

Scott Morris / Niklas Költgen
Scott Morris / Niklas Költgen
Scott Morris / Niklas Költgen

C2-Jugend männlich

mi 16.00-18.30
do 17.30-19.00

SH Ahornweg
TH Saaler Mühle

Jarik Backes / Liam Culmey
Jarik Backes / Liam Culmey

B1-Jugend männlich

di 18.00-19.30
mi 18.00-19.30
do 18.30-20.00

TH Steinbreche
SH Ahornweg
SH Ahornweg

Marius Schrage
Marius Schrage
Marius Schrage

A1-Jugend männlich

mi 20.00-21.30
do 18.30-20.00

TH Ahornweg
SH Steinbreche

Sebastian Faust / Julian Graf
Sebastian Faust / Julian Graf

1. Herren

mo 20.00-21.30
di 20.00-21.30
do 20.00-21.30

TH Steinbreche
TH Steinbreche
TH Steinbreche

Kelvin Tacke / Manfred Zybarth
Kelvin Tacke / Manfred Zybarth
Kelvin Tacke / Manfred Zybarth

2. Herren

mo 19.30-21.30
mi 20.00-21.30

SH Ahornweg
TH Saaler Mühle

Rainer Hantusch
Rainer Hantusch

3. Herren

mo 20.00-21.30
mi 20.00-21.30

SH IGP
SH IGP

Kagan Karaca
Kagan Karaca

4. Herren

mi 20.00-21.30

SH IGP

Thomas Böhm

5. Herren

mi 20.00-21.30

SH IGP

Thomas Böhm

Vereinsprogramm für Mitglieder

Schwimmen • Nico Linder, Schwimmen@TS79.de

In den jeweiligen Gruppen wird für das nächst höhere Schwimmabzeichen trainiert!

Seesterne Finisher (Nachhol-Angebot für Kinder, die nachweislich am Seesterne (o.Ä.) Schwimmkurs teilgenommen haben.)

mo	15.10-15.50	Hans-Zanders-Bad
mo	17.15-17.55	Hans-Zanders-Bad
mo	18.00-18.40	Hans-Zanders-Bad

Seepferdchen Beginner (mit Seepferdchen-Abzeichen)

mo	15.10-15.50	Hans-Zanders-Bad
----	-------------	------------------

Seepferdchen (mit Seepferdchen-Abzeichen)

mo	15.10-15.50	Hans-Zanders-Bad
mo	15.50-16.30	Hans-Zanders-Bad
mo	16.30-17.10	Hans-Zanders-Bad
mo	17.15-17.55	Hans-Zanders-Bad
di	14.45-15.25	Kombibad Paffrath
di	15.30-16.10	Kombibad Paffrath
di	16.10-16.50	Kombibad Paffrath

Seelöwen (mit Bronze- oder Silber-Abzeichen)

mo	15.50-16.30	Hans-Zanders-Bad
mo	16.30-17.10	Hans-Zanders-Bad
mo	18.00-18.40	Hans-Zanders-Bad
di	14.45-15.25	Kombibad Paffrath
di	15.30-16.10	Kombibad Paffrath
di	16.10-16.50	Kombibad Paffrath

Delfine (mit Silber- oder Gold-Abzeichen)

mo	15.50-16.30	Hans-Zanders-Bad
mo	16.30-17.10	Hans-Zanders-Bad
mo	17.15-17.55	Hans-Zanders-Bad
di	14.45-15.25	Kombibad Paffrath
di	15.30-16.10	Kombibad Paffrath
di	16.10-16.50	Kombibad Paffrath

Haie (mit Gold-Abzeichen)

mo	18.00-18.40	Hans-Zanders-Bad
mo	18.45-19.25	Hans-Zanders-Bad



Hier geht's zu den Stories unserer Morgenmacher.

Karriereziel: Morgenmacher

Jetzt Morgenmacher werden!

Morgen kann kommen.
Wir machen den Weg frei.

VR Bank eG
Bergisch Gladbach-Leverkusen

Volleyball • Stefan Katz, Tel. 0151 - 50 55 50 96

Hobbygruppen

mo	20.00-21.30	SH Kleefeld	Mixed Fortgeschrittene ab 30-50	Stefan Katz
mo	20.00-21.45	OGS An der Strunde	Mixed Anfänger ab 20	Choung-Choul Shin
fr	18.30-20.00	TH DBG 2	Männer Senioren	Stefan Katz
			Fortgeschrittene ab 35	
fr	20.00-21.30	TH DBG 2	Mixed Anfänger ab 20	Choung-Choul Shin

Triathlon • Dietmar Cramer, dietmar@cramer-gl.de

di	ab 17.00	Kombibad Paffrath	Lauftraining, moderates Tempo, flache Strecke	Heiner Rath
di	ab 18.30	Parkplatz Siefen B506	Lauftraining, ambitioniert, mit Höhenmetern	Dietmar Cramer
mi	20.00-21.00*	Kombibad Paffrath Außenbecken*	Schwimmtraining	Wolfgang Hesseler
fr	20.00-21.00	Hans-Zanders-Bad	Schwimmtraining	Kerstin Reich
so	ab 10.00	Parkplatz Taverne Anemos	Radtraining	Klaus Weer

*Von Okt.-Ostern finden die Veranstaltungen im Hans-Zanders-Bad von 21.00 – 22.00 Uhr statt.

Lauftreff Saaler Mühle • Hans-Werner Höveler, hans-werner-lt-sm@vodafoneemail.de

mo	19.00-20.00 April bis August	Parkplatz Eissporthalle Bensberg	Lauftreff Betreuer
sa	15.00-16.00 September bis März	Parkplatz Eissporthalle Bensberg	Lauftreff Betreuer

Sportabzeichen • Tel. (02202) 95 28 0

mi	ab 18.00	Sportplatz Belkaw Arena	Mai bis September	Klaus Hartmann
----	----------	-------------------------	-------------------	----------------

Breitensport (allgemein) • Nico Linder, Tel. (02202) 95 28 0

Parkour und Freerunning

di	15.15-16.30	TS-Haus, Halle 1+2	9 - 12 Jahre	Yannis Bitaffam
di	16.30-17.45	TS-Haus, Halle 1+2	9 - 12 Jahre	Yara Lenges
fr	15.00-16.25	TS-Haus, Halle 1+2	9 - 12 Jahre	Yannis Bitaffam
sa	12.30-13.55	TS-Haus, Halle 1+2	9 - 12 Jahre	Daniel "Smiley" Blazhev
fr	16.30-18.25	TS-Haus, Halle 1+2	ab 13 Jahre	Yara Lenges
sa	14.00-16.00	TS-Haus, Halle 1+2	ab 13 Jahre	Daniel "Smiley" Blazhev
di	18.45-20.45	TS-Haus, Halle 2	ab 16 Jahre	Yara Lenges

Leichtathletik

(ca. Oster- bis Herbstferien im Stadion, dann 17-18 und 18-19 Uhr)

mi	16.30-17.30	SH Kleefeld	6 - 9 Jahre	Juri Mielke
mi	17.30-18.30	SH Kleefeld	10 - 15 Jahre	Juri Mielke

Flag Football, ab 16 Jahre

(ca. Oster- bis Herbstferien auf dem Naturrasenplatz am Stadion)

mi	18.15-19.30	Kunstrasenplatz Gustav-Stresemann-Straße		Brian Csapo
----	-------------	--	--	-------------

Fußball für Hobbykicker

mo	20.00-21.30	TH NCG 2		Horst Donsbach
mi	19.30-21.00	TH NCG 2		Nikolai Becker
mi	20.00-21.30	SH Kleefeld		Ludwig Kribs

Basketball

Jugendliche (10 - 17 Jahre)

mi	18.15-19.30	TH NCG 2	Anfänger + Fortgeschrittene	Yannis Bitaffam
----	-------------	----------	-----------------------------	-----------------

Erwachsene, ab 16 Jahre

do	20.00-21.30	TH Paffrath		Thorsten Franzen
----	-------------	-------------	--	------------------

Vereinsprogramm für Mitglieder

Tischtennis

fr	18.30-20.00	TH Hebborn	Erwachsene	Werner Schladt
----	-------------	------------	------------	----------------

Dance & Fun

mo	19.40-20.40	TS79, Wellnessraum	Anfänger, ab 18 Jahre	Tamara Stein
----	-------------	--------------------	-----------------------	--------------

Kids und Junge Leute (1 - 19 J.) • Barbara Beste, Tel. (02202) 95 28 0

Schnuppern nur nach Absprache und freier Platzkapazität

Ballspiele-Mix

mi	17.15-18.15	TH NCG 2	6 - 9 Jahre	Yannis Bitaffam
----	-------------	----------	-------------	-----------------

Kleinkinderturnen

mo	17.00-17.55	TH NCG 2	1 - 3 Jahre (mit Begleitperson)	Marion Kühne
mi	16.00-17.00	TS-Haus, Halle 2	2 - 4 Jahre (mit Begleitperson)	Lisa Notz
do	15.45-16.45	TS-Haus, Halle 1 + 2	2 - 4 Jahre (mit Begleitperson)	Finn Steinbüchel
do	17.00-17.55	TH NCG 2	2 - 4 Jahre (mit Begleitperson)	Marion Kühne
fr	15.30-16.25	TH NCG 1	2 - 4 Jahre (mit Begleitperson)	Ramilya Gauf

Kinderturnen

mi	16.45-17.45	TH Hebborn	6 - 7 Jahre	Tamara Stein
----	-------------	------------	-------------	--------------

Tobe-Alarm – der Spielplatz in der Sporthalle

mi	15.00-15.55	TS-Haus, Halle 2	5 - 8 Jahre	Lisa Notz
do	14.45-15.40	TS-Haus, Halle 1 + 2	5 - 8 Jahre	Finn Steinbüchel
do	18.00-18.55	TH NCG 2	5 - 8 Jahre	Nico Linder

Turnen an Geräten

di	17.45-18.45	TS-Haus, Halle 1 + 2	9 - 12 Jahre	Jara Lenges
mi	17.50-18.50	TH Hebborn	8 - 9 Jahre	Tamara Stein
fr	16.30-17.30	TH NCG 1	8 - 10 Jahre	Ramilya Gauf

Kindertanz „Spielerisch tanzen“ (3 - 5 Jahre)

di	16.00-16.45	Wellnessraum	3 - 4 Jahre	Barbara Beste
mi	15.30-16.15	Wellnessraum	3 - 4 Jahre	Tamara Stein
di	16.50-17.35	Wellnessraum	5 Jahre	Barbara Beste

Kindertanz „ich tanze“ (ab 6 Jahren)

do	16.00-16.55	Wellnessraum	6 - 8 Jahre	Tamara Stein
----	-------------	--------------	-------------	--------------

Dance & Fun - Hiphop und mehr

do	17.00-17.55	TS-Haus, Wellnessraum	9 - 12 Jahre	Tamara Stein
do	18.00-18.55	TS-Haus, Salon	13 - 17 Jahre	Tamara Stein

Fußball Kids für Mädchen und Jungen

mi	16.15-17.10	TH NCG 2	4 - 6 Jahre	Finn Steinbüchel
fr	16.30-17.25	TH NCG 2	4 - 6 Jahre	Finn Steinbüchel
fr	17.30-18.25	TH NCG 2	7 - 9 Jahre	Finn Steinbüchel
fr	18.30-19.25	TH NCG 2	10 - 14 Jahre	Finn Steinbüchel

Hobby Horsing

mi	16.15-17.15	TH Kleefeld	ab 6 Jahre	Aileen Steinhausen
----	-------------	-------------	------------	--------------------

Fitness und Gesundheit • Christiane Freitag, Tel. (02202) 95 28 0

Rundum fit

mi	18.45-19.45	SH Kleefeld		Martina Löffelsend
----	-------------	-------------	--	--------------------

Balance & Stabilität, ab 60 Jahre

mi	09.45-10.45	TS-Haus, Halle 2		Stephie Esser
----	-------------	------------------	--	---------------

Prävention - Fitness - Spiele: Fitness und Volleyball, ab ca. 65 Jahre

mo	18.00-19.00	TH NCG 2		Christiane Freitag
----	-------------	----------	--	--------------------

Wirbelsäulengymnastik Erwachsene

do	09.00-09.55	TS-Haus, Loft		Christiane Freitag
----	-------------	---------------	--	--------------------

do	10.00-10.55	TS-Haus, Loft		Christiane Freitag
do	11.10-12.10	TS-Haus, Loft		Karin Thurn
Fitness und Spiele für Damen und Herren				
mo	20.00-21.30	TS-Haus, Halle 1		Alexandra Goyke / Angelika Zimmer
Fitnessstraining mit Musik				
mi	19.00-20.15	TH Hebborn	ab 55 Jahre (mit Warteliste)	Barbara Beste
Damen- und Herrengymnastik				
fr	9.45-10.30	Wellnessraum	ab 60 Jahre	Martina Löffelsend
fr	10.45-11.30	TS-Haus, Loft	ab 60 Jahre	Martina Löffelsend
Damengymnastik				
di	10.30-11.30	TS-Haus, Loft	ab 60 Jahre	Martina Löffelsend
di	18.00-19.00	TH Hebborn	ab 50 Jahre	Kathrin Bedoui
mi	17.30-18.25	TS-Haus, Halle 2	ab 50 Jahre	Karin Thurn
Power-Mix				
do	19.00-20.00	TS 79, Aerobicraum		Sabine Muskalla
Bootcamp Workout				
do	19.15-20.00	TS-Haus, Fitness-Hof	ab 16 Jahre	Nico Linder
Ski-Fit				
do	19.00-20.30	TH NCG 2		Kathrin Bedoui
Outdoor Fitness				
mo	16.00-17.15	Parkplatz Tennisclub Rot Weiß	ab ca. 55 Jahre	Barbara Beste
Outdoor Fitness Workout				
fr	15.30-16.30	Treffpunkt Kombibad Paffrath	Wintertrainingszeit nach Absprache	Christiane Freitag

Rehabilitationssport • Claudia Abrahams, Tel. (02202) 95 28 0

Adipositas

mi	18.45-19.45	SH Kleefeld		Martina Löffelsend
----	-------------	-------------	--	--------------------

Herzerkrankungen (Herzinfarkt, Bypass, Herzklappenfehler, Schrittmacher, etc.)

Übungsgruppen Belastbarkeit bis 1 Watt / kg Körpergewicht

mo	13.45-14.45	TS-Haus, Halle 2		Karin Thurn
mo	13.45-14.45	TS-Haus, Halle 1		Gabi Pötter
mo	17.00-18.00	TS-Haus, Halle 2		Gabi Pötter

Trainingsgruppen Belastbarkeit mehr als 1 Watt / kg Körpergewicht

mo	17.00-18.00	TS-Haus, Halle 1		Susanne Redell
mo	17.00-18.30	Gruppentrainingsraum		Claudia Abrahams
mo	18.30-19.30	TS-Haus, Halle 1		Susanne Redell
do	17.00-18.30	Gruppentrainingsraum		Claudia Abrahams
do	17.00-18.00	TS-Haus, Halle 1		Susanne Redell

Gymnastik und Volleyball (ohne ärztliche Betreuung)

mi	17.30-18.30	SH Kleefeld		Martina Löffelsend
----	-------------	-------------	--	--------------------

Lungensport

mo	15.20-16.05	TS-Haus, Halle 1		Gabi Pötter
mo	16.10-16.55	TS-Haus, Halle 1		Gabi Pötter
di	09.45-10.30	TS-Haus, Wellnessraum		Gabi Pötter

Krebsnachsorge

Mammakarzinom

di	09.20-10.05	TS-Haus, Halle 1		Martina Löffelsend
do	18.00-18.45	TS-Haus, Loft		Martina Löffelsend

Prostatakarzinom

mi	10.30-11.30	TS-Haus, Halle 1		Claudia Abrahams
----	-------------	------------------	--	------------------

Vereinsprogramm für Mitglieder

Orthopädische Rückengymnastik

mo	08.15-09.00	TS-Haus, Halle 1		Stephie Esser
mo	10.10-10.55	TS-Haus, Halle 1		Nina Machuletz
mo	11.15-12.00	TS-Haus, Halle 1	ohne Bodenübungen	Karin Thurn
mo	13.10-13.55	TS-Haus, Loft		Christoph Dannenbäumer
mo	14.00-14.45	TS-Haus, Loft		Christoph Dannenbäumer
mo	14.45-15.30	TS-Haus, Loft		Christoph Dannenbäumer
mo	15.45-16.30	TS-Haus, Loft		Christoph Dannenbäumer
mo	16.30-17.15	TS-Haus, Loft		Christoph Dannenbäumer
mo	18.35-19.20	TS-Haus, Halle 2		Claudia Abrahams
mo	19.25-20.10	TS-Haus, Halle 2		Stephie Esser
di	08.45-09.30	TS-Haus, Halle 2		Susanne Gardeweg
di	08.45-09.30	TS-Haus, Halle 2		Claudia Abrahams
di	09.00-09.45	TS-Haus, Salon	ohne Bodenübungen	Nina Machuletz
di	10.30-11.15	TS-Haus, Halle 1		Gabi Pötter
di	10.35-11.20	TS-Haus, Halle 2		Gabi Pötter
di	11.25-12.10	TS-Haus, Halle 2		Gabi Pötter
di	12.15-13.00	TS-Haus, Halle 2		Gabi Pötter
di	12.15-13.00	TS-Haus, Halle 1		Nina Machuletz
di	13.15-14.00	TS-Haus, Halle 2		Michael Spindler
di	14.05-14.50	TS-Haus, Halle 2		Michael Spindler
di	15.05-15.50	TS-Haus, Salon	ohne Bodenübungen	Michael Spindler
di	16.10-16.55	TS-Haus, Salon		Michael Spindler
di	17.00-17.45	TS-Haus, Salon		Michael Spindler
di	17.55-18.40	TS-Haus, Salon	Halswirbelsäule	Christoph Dannenbäumer
di	18.45-19.30	TS-Haus, Salon		Christoph Dannenbäumer
di	19.30-20.15	TS-Haus, Salon		Christoph Dannenbäumer
mi	08.45-09.30	TS-Haus, Halle 2		Susanne Gardeweg
mi	09.45-10.30	TS-Haus, Salon	ohne Bodenübungen	Susanne Gardeweg
mi	10.45-11.30	TS-Haus, Halle 2		Stephie Esser
mi	11.45-12.30	TS-Haus, Halle 1		Beatrix Esser
mi	18.30-19.15	TS-Haus, Halle 1		Nina Machuletz
mi	18.30-19.15	TS-Haus, Halle 2		Karin Thurn
mi	19.15-20.00	TS-Haus, Halle 1		Nina Machuletz
mi	19.20-20.05	TS-Haus, Halle 2		Karin Thurn
do	08.30-09.15	TS-Haus, Halle 1		Karin Thurn
do	09.20-10.05	TS-Haus, Halle 1		Karin Thurn
do	11.00-11.45	TS-Haus, Halle 1		Nina Machuletz
do	12.35-13.20	TS-Haus, Halle 1 + 2	ohne Bodenübungen	Claudia Abrahams
do	13.20-14.05	TS-Haus, Halle 2	ohne Bodenübungen	Michael Spindler
do	15.15-16.00	TS 79, Aerobicraum		Stephie Esser
do	16.00-16.45	TS 79, Aerobicraum		Martina Löffelsend
do	17.00-17.45	TS-Haus, Halle 2		Michael Spindler
do	17.50-18.35	TS-Haus, Halle 2		Michael Spindler
do	18.40-19.25	TS-Haus, Halle 2		Michael Spindler
do	19.00-19.45	TS-Haus, Halle 1		Martina Löffelsend
do	19.30-20.15	TS-Haus, Halle 2		Michael Spindler
fr	08.45-09.30	TS-Haus, Halle 1		Stephie Esser
fr	09.30-10.15	TS-Haus, Halle 1	ohne Bodenübungen	Stephie Esser
fr	10.30-11.15	TS-Haus, Halle 1		Stephie Esser
fr	11.15-12.00	TS-Haus, Halle 1		Stephie Esser
fr	12.50-13.35	TS-Haus, Halle 1		Nina Machuletz
fr	13.45-14.30	TS-Haus, Halle 1	Halswirbelsäule	Nina Machuletz

Orthopädisches Training mit Geräteunterstützung

do	10.10-10.55	Gruppentrainingsraum
do	11.45-12.30	Gruppentrainingsraum
fr	09.45-10.30	Gruppentrainingsraum

Nina Machuletz
Claudia Abrahams
Sabine Reimers

Osteoporose

di	08.30-09.15	TS-Haus, Halle 1
mi	09.30-10.30	Gruppentrainingsraum
fr	08.30-09.30	Gruppentrainingsraum

Martina Löffelsend
Martina Löffelsend
Martina Löffelsend

TEP (Total-Endo-Prothese)

mo	12.05-12.50	TS-Haus, Halle 2	ohne Bodenübungen
mo	12.55-13.40	TS-Haus, Halle 2	
di	09.30-10.15	TS-Haus, Halle 2	
mi	12.30-13.15	TS-Haus, Halle 1	ohne Bodenübungen
mi	17.30-18.15	TS-Haus, Halle 1	
do	10.10-10.55	TS-Haus, Halle 1	
do	14.30-15.15	TS 79, Aerobicraum	

Karin Thurn
Karin Thurn
Susanne Gardeweg
Beatrix Esser
Nina Machuletz
Karin Thurn
Stephie Esser

Parkinson

mo	12.00-12.45	Gruppentrainingsraum
mo	12.45-13.30	TS-Haus, Halle 1
mi	15.45-16.30	TS-Haus, Halle 1

Nina Machuletz
Nina Machuletz
Nina Machuletz

Schlaganfall

mo	11.00-11.45	TS-Haus, Halle 1
mo	12.00-12.45	Gruppentrainingsraum
di	11.15-12.00	TS-Haus, Halle 1

Nina Machuletz
Nina Machuletz
Nina Machuletz

Polyneuropathie

di	13.00-13.45	TS-Haus, Halle 1	ohne Bodenübungen
di	14.00-14.45	TS-Haus, Halle 1	
mi	13.20-14.05	TS-Haus, Halle 1	
mi	14.10-14.55	TS-Haus, Halle 1	ohne Bodenübungen
mi	16.45-17.30	TS-Haus, Halle 1	
do	11.45-12.30	TS-Haus, Halle 1	
fr	11.15-12.00	Gruppentrainingsraum	
fr	12.05-12.50	TS-Haus, Halle 1	

Nina Machuletz
Nina Machuletz
Nina Machuletz
Nina Machuletz
Nina Machuletz
Nina Machuletz
Nina Machuletz
Nina Machuletz

Sportgruppe für junge Menschen mit geistiger Behinderung ab 16 Jahre

mo	18.45-19.45	Gruppentrainingsraum	
fr	19.00-19.45	Gruppentrainingsraum / Halle 1	Geräte
fr	19.45-20.30	Gruppentrainingsraum / Halle 1	Spiele

Tina Windmüller
Catrin Kuhnert
Catrin Kuhnert

Männergesundheit
in Bergisch Gladbach

**Ein
starkes
Team**



Vereinsbeiträge der TS 79 für 2026

Grundbeitrag in €	Aufnahme- gebühr	monatlich	viertel- jährlich	11 Mon.	12 Mon.
Mitglieder unter 18 Jahren	18,50	20,20	60,60	222,20	242,40 ¹⁾
Mitglieder ab 18 Jahren ²⁾	28,00	25,85	77,55	284,35	310,20 ¹⁾
Beitrag für Ehepaare	45,00	48,00	144,00	528,00	576,00 ¹⁾
Familienbeitrag ab 3 Personen ³⁾	52,00	60,00	181,80	666,60	727,20 ¹⁾

Zusätzliche Sonderbeiträge in €

Abteilung Gesundheits- und Fitness-Studio:					
unter 18 Jahren	25,00	28,10	84,30		337,20
über 18 Jahren ²⁾	25,00	32,00	96,00		384,00
Familie 3 Pers. ³⁾	25,00	74,15	222,45		889,80
Familie 4 Pers. und mehr ³⁾	25,00	97,15	291,45		1.165,80
Abteilung Rehabilitationssport:					
(Teilnahme 1 x wöchentlich)					
Rehasport Halle		7,00	21,00		84,00
Rehasport Studio		8,50	25,50		102,00
Sport bei Osteoporose Studio		11,00	33,00		132,00
Sport bei geistiger Behinderung		11,00	33,00		132,00
Herzsport Halle		13,00	39,00		156,00
Herzsport Studio		15,00	45,00		180,00
Badminton unter 18 Jahren		3,00	9,00		36,00
Badminton über 18 Jahren ²⁾		5,00	15,00		60,00
Bridge					10,20
Flicflac		3,00	9,00		36,00
Handball		3,00	9,00		36,00
Kinderschwimmen ab 5 Jahre		15,00	45,00		180,00
Kindertanz		9,90	29,70		118,80
Parkour + Freerunning 9 - 12 Jahre		5,00	15,00		60,00
Parkour + Freerunning ab 13 Jahre		10,00	30,00		120,00

Eintritt

Der Eintritt in den Verein steht jeder natürlichen und juristischen Person frei, sofern sie die Vereinssatzung anerkennt. Ihr könnt die Satzung während der Geschäftszeiten in der Geschäftsstelle der TS 79 sowie auf unserer Homepage www.ts79.de einsehen. Kinder und Jugendliche benötigen das schriftliche Einverständnis eines Erziehungsberechtigten für den Eintritt.

Mitgliedschaft

Die Mitgliedschaft berechtigt zur Teilnahme an allen Vereinsangeboten. Für einzelne Gruppen und Abteilungen, z.B. das Gesundheits- und Fitness-Studio, entstehen zusätzliche Kosten.

Vereinsbeiträge

Die regelmäßigen Abbuchungen erfolgen in den ersten Arbeitstagen eines Monats (entsprechend dem gewählten Zahlungszeitraum). Die ab 1.1.2026 gültigen Beiträge entnehmen bitte der nebenstehenden Tabelle.

Austritt

Die Mitgliedschaft endet mit dem Austritt, dem Ausschluss oder dem Tod. Der Austritt muss schriftlich erklärt werden. Er ist jeweils zum Ende des laufenden Quartals möglich. Die Erklärung muss spätestens einen Monat vorher (also zum Ende Februar, Mai, August oder November) in der Geschäftsstelle des Vereins eingegangen sein und wird dann zum jeweiligen Quartalsende wirksam.

Sonstiges

Unsere Datenschutzbestimmungen findet ihr auf Seite 23.
Bankgebühren für Rücklasten, die nicht von der TS 79 verursacht worden sind, werden dem jeweiligen Mitglied weiterbelastet.
Die einmalige Aufnahmegebühr wird von dem Konto abgebucht, von dem auch die späteren regelmäßigen Beiträge abgebucht werden.
Vereins- und Sonderbeiträge für gebuchte Angebote sind unabhängig von der Teilnahme fällig.

¹⁾ Besteht die Mitgliedschaft während eines gesamten Kalenderjahres bei gleichzeitig jährlicher Abbuchung, ermäßigt sich die Summe um einen Monatsbeitrag.

²⁾ Schüler, Studenten und Auszubildende können bis zum Ende des 25. Lebensjahres bei Vorlage eines entsprechend **aktuellen** Nachweises **für die Dauer des laufenden Beitragsjahres** den Beitrag "unter 18 Jahre" beantragen.

³⁾ Kinder fallen bis zum 18. Lebensjahr unter den Familientarif, bei Vorlage einer **aktuellen** Schul-, Ausbildungs- oder Studienbescheinigung bis zum Ende des 25. Lebensjahres.

Informationspflichten nach Artikel 13 und 14 DSGVO

Nach Artikel 13 und 14 EU-DSGVO hat der Verantwortliche einer betroffenen Person, deren Daten er verarbeitet, die in den Artikeln genannten Informationen bereitzustellen. Dieser Informationspflicht kommt dieses Merkblatt nach.

1. Namen und Kontaktdaten des Verantwortlichen sowie gegebenenfalls seiner Vertreter:

Turnerschaft Bergisch Gladbach 1879 e. V., Langemarckweg 14, 51465 Bergisch Gladbach, gesetzlich vertreten durch den Geschäftsführenden Vorstand nach § 26 BGB, E-Mail: vorstand@ts79.de

2. Kontaktdaten des Datenschutzbeauftragten/der Datenschutzbeauftragten:

Turnerschaft Bergisch Gladbach 1879 e. V., Der Datenschutzbeauftragte, Langemarckweg 14, 51465 Bergisch Gladbach, datenschutzbeauftragter@ts79.de

3. Zwecke, für die personenbezogene Daten verarbeitet werden:

Die personenbezogenen Daten werden für die Durchführung des Mitgliedschaftsverhältnisses und / oder der Kursteilnahme verarbeitet (z.B. Einladung zu Versammlungen, Beitrags- und Gebühreneinzug, Organisation des Sportbetriebes).

Ferner werden personenbezogene Daten gegebenenfalls zur Teilnahme am Wettkampf-, Turnier- und Spielbetrieb der Landesfachverbände an diese weitergeleitet.

Darüber hinaus werden personenbezogene Daten gegebenenfalls im Zusammenhang mit sportlichen Ereignissen einschließlich der Berichterstattung hierüber in vereinseigenen Druckerzeugnissen, auf der Internetseite des Vereins, in Auftritten des Vereins in Sozialen Medien sowie auf Seiten der Fachverbände veröffentlicht und an lokale, regionale und überregionale Printmedien übermittelt.

4. Rechtsgrundlagen, auf Grund derer die Verarbeitung erfolgt:

Die Verarbeitung der personenbezogenen Daten erfolgt in der Regel auf Grund der Erforderlichkeit zur Erfüllung eines Vertrages gemäß Artikel 6 Abs. 1 lit. b) DSGVO. Bei den Vertragsverhältnissen handelt es sich in erster Linie um das Mitgliedschaftsverhältnis im Verein, die Teilnahme externer Personen an Kursangeboten und um die Teilnahme am Wettkampfbetrieb der Fachverbände.

Werden personenbezogene Daten erhoben, ohne dass die Verarbeitung zur Erfüllung des Vertrages erforderlich ist, erfolgt die Verarbeitung aufgrund einer Einwilligung nach Artikel 6 Abs. 1 lit. a) i.V.m. Artikel 7 DSGVO.

Die Veröffentlichung personenbezogener Daten im Internet oder in lokalen, regionalen oder überregionalen Printmedien erfolgt zur Wahrung berechtigter Interessen des Vereins (vgl. Artikel 6 Abs. 1 lit. f) DSGVO). Das berechtigte Interesse des Vereins besteht in der Information der Öffentlichkeit durch Berichterstattung über die Aktivitäten des Vereins. In diesem Rahmen werden personenbezogene Daten, einschließlich Bilder von Teilnehmern, zum Beispiel im Rahmen der Berichterstattung über sportliche Ereignisse des Vereins, veröffentlicht.

5. Die Empfänger oder Kategorien von Empfängern der personenbezogenen Daten:

Personenbezogene Daten der Mitglieder, die am Spiel- und Wettkampfbetrieb der Landesfachverbände teilnehmen, werden zum Erwerb einer

Lizenz, einer Wertungskarte, eines Spielerpasses oder sonstiger Teilnahmeberechtigung an den jeweiligen Landesfachverband weitergegeben.

Die Daten der Bankverbindung der Mitglieder und externer Teilnehmer werden zum Zwecke des Beitrags- und Gebühreneinzugs an die jeweilige Hausbank weitergeleitet.

6. Die Dauer, für die die personenbezogenen Daten gespeichert werden oder, falls dies nicht möglich ist, die Kriterien für die Festlegung der Dauer:

Die personenbezogenen Daten werden für die Dauer der Mitgliedschaft oder – bei externen Teilnehmern – für die Dauer des Angebotes gespeichert.

Mit Beendigung der Mitgliedschaft oder – bei externen Teilnehmern – mit Beendigung des Angebotes werden die Datenkategorien gemäß den gesetzlichen Aufbewahrungsfristen weitere zehn Jahre vorgehalten und dann gelöscht. In der Zeit zwischen Beendigung der Mitgliedschaft und der Löschung wird die Verarbeitung dieser Daten eingeschränkt.

Bestimmte Datenkategorien werden zum Zweck der Vereinschronik im Vereinsarchiv gespeichert. Hierbei handelt es sich um die Kategorien Vorname, Nachname, Zugehörigkeit zu einer Gruppe (z. B. Mannschaft), besondere sportliche Erfolge oder Ereignisse, an denen die betroffene Person mitgewirkt hat, einschließlich entsprechenden Bildmaterials. Der Speicherung liegt ein berechtigtes Interesse des Vereins an der zeitgeschichtlichen Dokumentation von sportlichen Ereignissen und Erfolgen und der jeweiligen Zusammensetzung der Gruppen und Mannschaften zugrunde.

Alle Daten der übrigen Kategorien (z.B. Bankdaten, Anschrift, Kontaktdaten) werden ein Jahr nach Beendigung der Mitgliedschaft oder – bei externen Teilnehmern – ein Jahr nach Beendigung des Angebotes gelöscht.

7. Der betroffenen Person stehen unter den in den Artikeln jeweils genannten Voraussetzungen die nachfolgenden Rechte zu:

- das Recht auf Auskunft nach Artikel 15 DSGVO,
- das Recht auf Berichtigung nach Artikel 16 DSGVO,
- das Recht auf Löschung nach Artikel 17 DSGVO,
- das Recht auf Einschränkung der Verarbeitung nach Artikel 18 DSGVO,
- das Recht auf Datenübertragbarkeit nach Artikel 20 DSGVO,
- das Widerspruchsrecht nach Artikel 21 DSGVO,
- das Recht auf Beschwerde bei einer Aufsichtsbehörde nach Artikel 77 DSGVO
- das Recht, eine erteilte Einwilligung jederzeit widerrufen zu können, ohne dass die Rechtmäßigkeit der aufgrund der Einwilligung bis zum Widerruf erfolgten Verarbeitung hierdurch berührt wird.

8. Die Quelle, aus der die personenbezogenen Daten stammen:

Die personenbezogenen Daten werden grundsätzlich im Rahmen des Erwerbs der Mitgliedschaft oder der Anmeldung externer Personen an Kursangeboten erhoben.

Ende der Informationspflicht

Stand: Oktober 2018



Dein Sport mit uns!

TS79



- Gesundheits- und Fitness-Studio
- Fitness
- Wettkampfsport
- Hobbysport



- Gesundheitssport
- Rehabilitationsport
- Outdoor Training im Fitness-Hof
- Sportangebote für Kids und junge Leute
- SoleLounge



Besuchen Sie uns auch
auf www.TS79.de,
auf **Facebook** und **Instagram**